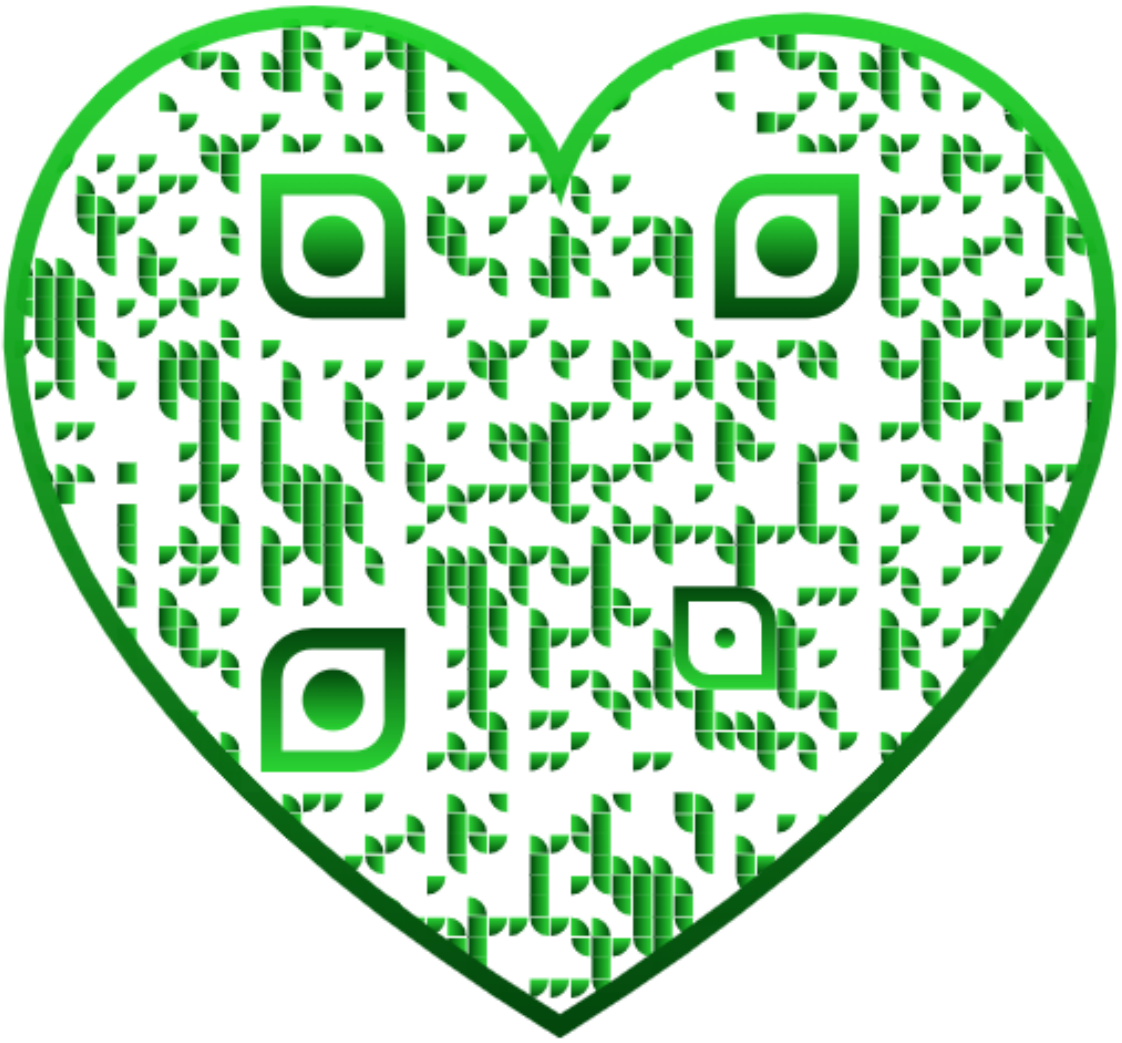
MINI & MAXI COCOTTES EN 130 RECETTES

Héloïse Martel

FIRST Editions



Mini & Maxi cocottes en 130 recettes

Héloïse Martel

FIRST Editions

Pour la première édition : © Éditions First, 2009
Pour la présente édition : © Éditions First, un département d'Édi8, 2014
Cette œuvre est protégée par le droit d'auteur et strictement réservée à l'usage privé du client. Toute reproduction ou diffusion au profit de tiers, à titre gratuit ou onéreux, de tout ou partie de cette œuvre est strictement interdite et constitue une contrefaçon prévue par les articles L 335-2 et suivants du Code de la propriété intellectuelle. L'éditeur se réserve le droit de poursuivre toute atteinte à ses droits de propriété intellectuelle devant les juridictions civiles ou pénales.

ISBN : 978-2-7540-6746-1
ISBN Numérique : 9782754072137
Dépôt légal : décembre 2014
Direction éditoriale : Aurélie Starckmann
Édition : Lisa Marie
Couverture : Joséphine Cormier
Mise en page : Olivier Frenot
Éditions First, un département d'Édi8
12, avenue d'Italie
75 013 Paris – France
Tél. : 01 44 16 09 00
Fax : 01 44 16 09 01
E-mail : firstinfo@efirst.com
Site internet : www.editionsfirst.fr

Introduction

La cocotte… S'il y a un ustensile de cuisine évocateur de plats savoureux, parfumés et réconfortants, c'est bien celui-là. Par sa rondeur, sa chaleur, sa robustesse, elle nous transporte dans le monde enchanté de nos souvenirs d'enfance, de cuisine douce, mitonnée avec amour et patience. Symbole de tendresse, de sérénité, la cocotte nous rassure. Utilisée depuis des siècles, elle n'a pas vieilli d'une ride, même si la Cocotte-Minute lui vole parfois la vedette. Pas de concurrence entre ces deux dames. La première est pour la cuisine passion, la seconde pour la cuisine action. La première est exigeante : elle veut du temps. La seconde est complaisante : elle cuisine vite. L'une et l'autre sont faites pour cohabiter dans votre cuisine.

En fonte, matériau conducteur de chaleur, la cocotte est munie d'un couvercle qui ferme hermétiquement, permettant une cuisson à l'étouffée : les vapeurs ne s'échappent pas de la cocotte, les liquides ne s'évaporent pas, les saveurs sont concentrées, les aliments ne se dessèchent pas. De formes ovales, pratiques pour la cuisson des rôtis ou des volailles, ou rondes, les cocottes ont des diamètres variables, entre 20 et 40 cm, pour s'adapter à la taille de votre famille. Certaines cocottes ont des couvercles avec réserve d'eau, afin de favoriser la condensation à l'intérieur de la cocotte pour une meilleure hydratation des aliments.

Bonnes filles, les cocottes s'adaptent à tous les feux : le gaz, l'électricité et l'induction. Elles s'entretiennent sans problème et ne craignent pas les rayures des tampons abrasifs.

Et puis, et puis… voici les mini cocottes, rondes et colorées, noires et profilées, ou encore blanches et bien carénées. Bref, de ravissants objets de décoration pour votre table, qui garderont le secret de vos petits plats pour vos

convives jusqu'au moment de la découverte.

Les mini cocottes séduisent les gourmets, car elles maintiennent les plats au chaud longtemps. Elles sont les alliées des maîtresses de maison, car on ne passe plus les plats à table : moins de taches sur la nappe et de préséances pour se servir. Elles conviennent aux accros de la ligne : plus de tentation de se resservir, la portion est dans la cocotte !

Vous pouvez les utiliser pour la cuisson ou bien uniquement pour le service. Dans ce cas, vous préparez les recettes dans vos ustensiles habituels, et vous remplissez harmonieusement vos mini cocottes après les avoir fait chauffer dans le four.

Nous avons réuni dans ce *Petit Livre* plus de 130 recettes pour vos petites et grandes cocottes, à servir en famille ou entre amis : cocottes d'escargots, crème, champignons tomates, mini tajines d'agneau aux pruneaux et aux amandes, des œufs cocotte, épinards et saumon fumé, pommes grenaille au chorizo, cocotte de lotte à l'aïoli, jarret de veau à l'orange, petites cocottes de pommes soufflées, de fruits aux épices, de fondant au chocolat…

Ces recettes sont classées par thèmes, un petit picto les accompagne :

 : à réaliser dans des mini cocottes

: à réaliser dans une grande cocotte

Mais pour une jolie présentation, vous pouvez, au lieu de servir votre plat dans la grande cocotte, ou de le disposer sur un plat de service, utiliser des petites cocottes. C'est encore meilleur quand c'est beau !

Régalez-vous avec nous !

Cocottes d'entrées chaudes

Cappuccino de bisque de homard, lotte et aneth

4 | 20 min | 15 min

400 g de queue de lotte sans arête • 40 cl de bisque de homard • 10 cl de vin blanc sec • 20 g de beurre • 25 cl de crème fleurette • 4 branches d'aneth • sel, poivre

❶ Préchauffez le four à 210 °C (th. 7). Faites réchauffer la bisque dans une casserole à feu doux en lissant au fouet, répartissez-la dans quatre petites cocottes préchauffées. Tenez-les au chaud dans le four éteint. Coupez la lotte en petits cubes. Faites fondre le beurre dans une casserole, faites revenir la lotte à feu doux en remuant pendant 3 minutes, puis salez, poivrez et arrosez de vin blanc. Laissez cuire pendant 5 minutes et réservez. ❷ Fouettez la crème en Chantilly. Sortez les cocottes du four, répartissez les morceaux de lotte, déposez une grosse cuillerée de crème fouettée et saupoudrez d'aneth. Servez immédiatement.

Notre conseil : vous pouvez remplacer la bisque par une soupe de poisson et la lotte par des moules pour une version plus économique de ce plat.

Cappuccino de potiron aux marrons

4 | 15 min | 15 min

1 kg de potiron • 8 marrons au naturel • 20 cl de crème liquide • 1 litre de bouillon de volaille • 4 brins de cerfeuil • sel, poivre

❶ Placez la crème au réfrigérateur plusieurs heures à l'avance. Épluchez le potiron, coupez-le en cubes, mettez-les dans une grande casserole, couvrez de bouillon de volaille, salez peu, poivrez et portez à ébullition. Baissez le feu, couvrez et laissez cuire pendant 10 minutes. Égouttez les marrons, gardez-en deux pour le décor et ajoutez-en six au potiron. Prolongez la cuisson pendant 5 minutes et passez au mixeur pour obtenir un velouté. ❷ Pendant ce temps, fouettez la crème en Chantilly et émiettez les marrons réservés. Versez le velouté de potiron dans quatre petites cocottes préchauffées, déposez dans chacune une grosse cuillerée de chantilly et déposez quelques miettes de marron et des feuilles de cerfeuil. Servez immédiatement.

Cocottes d'escargots, crème, champignons, tomates

4 | 15 min | 20 min

4 douzaines d'escargots au naturel • 200 g de champignons de Paris • 3 gousses d'ail • 2 échalotes • 1 tomate • 20 cl de crème liquide • 30 g de beurre • 2 branches de persil plat • sel, poivre

❶ Lavez et essuyez les champignons, émincez-les. Pelez et écrasez les gousses d'ail. Épluchez et émincez les échalotes. Faites fondre le beurre dans une poêle, mettez les champignons avec l'ail et les échalotes, salez, poivrez et laissez cuire à feu moyen pendant 10 minutes en mélangeant de temps en temps. Réservez. ❷ Pelez et épépinez la tomate, coupez la pulpe en petits dés. Préchauffez le four à 180 °C (th. 6). Beurrez quatre petites cocottes. Répartissez les champignons, déposez douze escargots dans chaque cocotte, arrosez de crème et enfournez. Laissez cuire pendant 10 minutes. À la sortie du four, parsemez de feuilles de persil ciselées. Servez bien chaud.

Consommé au poulet et aux morilles

4 | 10 min | Réhydrat. : 30 min | 20 min

100 g de morilles séchées • 200 g de blanc de poulet • 1 litre de bouillon de volaille • 20 g de beurre • 1 botte de cerfeuil • sel, poivre

❶ Mettez les morilles dans un petit saladier, recouvrez-les d'eau chaude et laissez-les se réhydrater pendant 30 minutes. Égouttez-les, séchez-les dans un papier absorbant. ❷ Détaillez le poulet en petites lanières. Faites revenir les morilles dans le beurre dans une grande casserole pendant 5 minutes en les retournant souvent, mouillez avec le bouillon de légumes, ajoutez les lanières de poulet et faites chauffer jusqu'à ébullition. Vérifiez l'assaisonnement, salez et poivrez si nécessaire. Répartissez le potage dans quatre petites cocottes préchauffées. Ciselez le cerfeuil, parsemez-en les cocottes. Servez chaud.

Crème de céleri, magret de canard et curry

4 | 15 min | 15 min

500 g de purée de céleri • 75 cl de bouillon de volaille • 20 cl de crème liquide • 2 cuil. à café de curry • 16 tranches de magret de canard fumé • sel, poivre

1 Préchauffez le four à 210 °C (th. 7). Versez la purée de céleri et le bouillon de volaille dans une casserole. Mélangez bien et laissez réchauffer à feu très doux pendant 10 minutes. Incorporez la crème, salez, poivrez si nécessaire. 2 Répartissez le velouté dans quatre cocottes préchauffées, tenez-les au chaud dans le four éteint. Dégraissez les tranches de magret et faites-les frire à sec dans une poêle à revêtement antiadhésif. Déposez dans chaque petite cocotte quelques lamelles de magret de canard, saupoudrez d'une pincée de curry. Servez bien chaud.

Crème de pois cassés à la Morteau

4 | 20 min | 50 min

600 g de pois cassés • 2 oignons • 2 carottes • 4 cuil. à soupe de crème épaisse • 1 saucisse de Morteau • sel, poivre

❶ Épluchez les oignons et les carottes, émincez-les. Mettez-les dans une cocotte avec les pois cassés, arrosez d'un litre d'eau, salez et poivrez. Couvrez et laissez cuire pendant 50 minutes environ. ❷ Pendant ce temps, plongez la saucisse dans de l'eau froide sans la piquer, portez à ébullition et laissez cuire pendant 30 minutes. Mixez les légumes, ajoutez la crème et versez dans quatre petites cocottes préchauffées. Coupez la saucisse en tranches fines, déposez-les dans les cocottes. Couvrez et servez très chaud.

Notre conseil : faites griller dans un peu d'huile des tranches de baguette et servez-les avec les cocottes.

Petits gratins d'asperges au parmesan

4 | 10 min | 35 min

500 g d'asperges blanches • 250 g d'asperges vertes • 25 cl de crème liquide • 50 g de parmesan râpé • ½ citron • sel, poivre, noix de muscade râpée

❶ Coupez l'extrémité des asperges, pelez-les avec un couteau économe. Faites-les cuire à l'eau bouillante salée pendant 10 à 15 minutes. Vérifiez la cuisson avec la pointe d'un couteau. Déposez-les sur un linge. Fouettez la crème avec du sel, du poivre et un peu de noix de muscade jusqu'à ce qu'elle mousse. Pressez le demi-citron, incorporez le jus à la crème. ❷ Préchauffez le four à 150 °C (th. 5). Coupez les asperges en tronçons, répartissez-les dans quatre petites cocottes. Recouvrez-les de crème et saupoudrez de parmesan. Laissez cuire pendant 10 minutes. Servez chaud ou tiède.

Mini cocottes de soupe gratinée à l'oignon et au comté

4 | 15 min | 25 min

600 g d'oignons • 1 litre de bouillon de bœuf • ½ baguette de pain • 200 g de comté râpé • 50 g de beurre • sel, poivre

❶ Épluchez les oignons, émincez-les finement. Faites fondre le beurre dans une cocotte, mettez les oignons et faites-les fondre doucement en remuant souvent pendant 15 minutes. Salez peu, poivrez et arrosez de bouillon. Portez à ébullition. ❷ Coupez le pain en tranches fines. Préchauffez le four à 240 °C (th. 8). Répartissez la soupe à l'oignon dans quatre mini cocottes, déposez dessus quelques tranches de pain, parsemez de comté râpé et enfournez. Laissez cuire pendant 10 minutes, passez sous le gril pendant 3 à 5 minutes pour que le fromage soit bien doré. Servez immédiatement.

Œufs cocotte

Œufs brouillés à l'estragon et aux crevettes

4 | 10 min | 5 min

8 œufs extra frais • 12 crevettes roses cuites décortiquées • 2 branches d'estragon • 10 cl de crème • 20 g de beurre • sel, poivre

❶ Ciselez finement les feuilles d'estragon. Cassez les œufs dans une jatte, battez-les avec un peu de sel, de poivre et les feuilles d'estragon. ❷ Faites fondre le beurre dans une casserole, placez-la au bain-marie et versez les œufs. Faites cuire à feu moyen sans cesser de fouetter jusqu'à ce que les œufs prennent. Retirez aussitôt la casserole du bain-marie, ajoutez la crème et les crevettes. Mélangez et répartissez dans quatre mini cocottes préchauffées. Servez aussitôt.

Œufs cocotte à la bourguignonne

4 | 15 min | 25 min

8 œufs • 100 g d'allumettes de lard fumé • 1 oignon • 1 échalote • 1 gousse d'ail • 75 cl de vin rouge • 40 g de beurre • 1 cuil. à soupe de sucre en poudre • sel, poivre

❶ Versez le vin dans une casserole, ajoutez le sucre et faites bouillir jusqu'à ce que le vin soit réduit des deux tiers. Faites fondre le beurre dans une casserole. Épluchez et hachez l'oignon, l'ail, l'échalote, versez-les dans la casserole et faites-les fondre à feu très doux pendant 10 minutes en mélangeant souvent. Ajoutez les allumettes de lardon, poursuivez la cuisson pendant 5 minutes. ❷ Préchauffez le four à 180 °C (th. 6) et préparez un bain-marie. Répartissez les aromates et les lardons dans quatre cocottes, arrosez de vin, puis cassez deux œufs dans chacune d'elles. Enfournez et laissez cuire pendant 10 minutes. Servez très chaud.

Notre conseil : accompagnez de mouillettes de pain grillé.

Œufs cocotte au céleri

4 | 10 min | 10 min

8 œufs extra frais • 20 cl de crème fraîche • 2 branches de céleri • 4 pincées de sel de céleri • poivre du moulin

❶ Préchauffez le four à 180 °C (th. 6). Préparez un bain-marie. Lavez et essuyez les branches de céleri, coupez-les, hachez-les. ❷ Mélangez le hachis avec la crème. Beurrez quatre petites cocottes, garnissez-les de hachis de céleri, cassez deux œufs sur chacune. Enfournez et faites cuire au four pendant 10 minutes. Saupoudrez de sel de céleri et de poivre. Servez immédiatement.

Œufs cocotte au foie gras

4 | 15 min | 10 min

8 œufs • 150 g de foie gras • 20 g de beurre • sel, poivre

❶ Préchauffez le four à 180 °C (th. 6). Préparez un bain-marie. ❷ Coupez le foie gras en lamelles, répartissez-les dans quatre petites cocottes beurrées, puis cassez deux œufs dans chacune. Salez, poivrez. Enfournez et laissez cuire pendant 10 minutes.

Notre conseil : servez avec des mouillettes de brioche ou de pain d'épices.

Œufs cocotte aux asperges et à la crème

4 15 min 30 min

8 œufs • 12 asperges vertes • 10 cl de crème • 4 branches de persil • sel, poivre

❶ Pelez les asperges, retirez le bout fibreux et faites-les cuire à l'eau bouillante salée ou à la vapeur. Égouttez-les sur un torchon. Préchauffez le four à 180 °C (th. 6). Préparez un bain-marie. ❷ Déposez un peu de crème dans quatre petites cocottes. Coupez les asperges en morceaux. Disposez-les au fond des cocottes en réservant les pointes. Cassez deux œufs par cocotte, mettez dessus les pointes d'asperge, un peu de crème, salez, poivrez et enfournez. Laissez cuire pendant 10 minutes.

Œufs cocotte aux fromages et au cumin

4 15 min 10 min

8 œufs extra frais • 150 g de fromages divers • 15 cl de crème fraîche • 1 cuil. à soupe de cumin en poudre • sel, poivre

❶ Râpez vos restes de fromage ou coupez-les en dés s'il s'agit de pâtes molles, salez peu, poivrez et ajoutez un peu de crème et le cumin. Mélangez et faites fondre à feu doux. ❷ Préchauffez le four à 180 °C (th. 6). Préparez un bain-marie. Déposez un peu de crème au fromage au fond de quatre petites cocottes, cassez deux œufs dans chacune, puis remettez un peu de crème. Enfournez et laissez cuire pendant 10 minutes.

Notre conseil : accompagnez de mouillettes de baguette au cumin.

Œufs cocotte, champignons et beurre d'escargots

4 | 10 min | 15 min

8 œufs extra frais • 200 g de champignons blancs • 200 g de beurre d'escargots • 20 g de beurre • sel, poivre

❶ Lavez et essuyez les champignons, émincez-les. Faites fondre le beurre doux dans une casserole, mettez les champignons et faites-les revenir à feu doux pendant 5 minutes en mélangeant, salez, poivrez. ❷ Préchauffez le four à 210 °C (th. 7). Répartissez les champignons dans quatre petites cocottes, cassez deux œufs et déposez une rondelle de beurre d'escargot dans chacune d'elles. Enfournez. Laissez cuire pendant 10 minutes.

Œufs cocotte, chèvre frais et menthe

4 | 10 min | 10 min

8 œufs extra frais • 1 chèvre frais • 10 cl de crème liquide • 4 branches de menthe • sel, poivre du moulin

❶ Préchauffez le four à 180 °C (th. 6). Préparez un bain-marie. ❷ Ciselez finement les feuilles de menthe. Mixez le chèvre avec la crème, du sel et du poivre. Déposez un peu de cette préparation au fond de quatre cocottes, cassez deux œufs par cocotte, recouvrez du reste de crème, parsemez de menthe ciselée et enfournez. Laissez cuire pendant 10 minutes.

Œufs cocotte, coppa et crème de parmesan

4 | 10 min | 15 min

8 œufs extra frais • 8 tranches fines de coppa • 50 g de parmesan râpé • 30 cl de crème fraîche • 4 pincées d'origan • sel, poivre

❶ Versez la crème dans une casserole, ajoutez le parmesan, du sel, du poivre, portez à ébullition sur feu doux en mélangeant. Préchauffez le four à 210 °C (th. 7). Préparez un bain-marie. Mettez un peu de crème au parmesan dans quatre petites cocottes, cassez deux œufs par-dessus, et remettez un peu de crème. ❷ Enfournez et laissez cuire pendant 10 minutes environ. Pendant ce temps, faites griller les tranches de coppa à sec dans une poêle à revêtement antiadhésif. Sortez les cocottes du four, disposez deux tranches de coppa dans chacune d'elles et saupoudrez d'un peu d'origan. Servez immédiatement.

Œufs cocotte, coppa, tomates séchées et basilic

4 | 10 min | 10 min

8 œufs extra frais • 8 tranches de coppa • 6 tomates séchées • 12 feuilles de basilic • 2 cuil. à soupe d'huile d'olive • sel, poivre

❶ Préchauffez le four à 180 °C (th. 6). Préparez un bain-marie. Huilez légèrement quatre petites cocottes. Coupez les tranches de coppa en lanières, déposez-les dans les cocottes. Coupez les tomates séchées en dés. Cassez deux œufs par cocotte, parsemez de dés de tomate séchée, salez peu, poivrez et enfournez. ❷ Laissez cuire pendant 10 minutes. À la sortie du four, ciselez les feuilles de basilic et décorez-en les cocottes. Servez immédiatement.

Notre conseil : accompagnez de mouillettes tartinées de tapenade.

Œufs cocotte, crème de bacon, herbes et mouillettes à la tomate

4 | 15 min | 15 min

8 œufs extra frais • 8 tranches de bacon • 20 cl de crème épaisse • 20 g de beurre • 2 branches d'estragon • 2 brins de cerfeuil • 10 brins de ciboulette • 1 /3 de baguette de pain • ½ tomate • sel, poivre

❶ Hachez les tranches de bacon avec les herbes, mettez le hachis dans une casserole, ajoutez la crème, portez à ébullition, salez peu et poivrez. Préchauffez le four à 210 °C (th. 7) et préparez un bain-marie. Répartissez la moitié de la crème de bacon dans quatre petites cocottes, cassez deux œufs dans chacune d'elles, recouvrez avec le reste de crème et enfournez. ❷ Laissez cuire pendant 10 minutes. Pendant ce temps, coupez la baguette en mouillettes de 1 cm de large. Frottez-les avec la demi-tomate, déposez-les sur les œufs au moment de servir.

Œufs cocotte, crevettes et champignons à la crème

4 | 10 min | 15 min

8 œufs extra frais • 12 crevettes roses cuites décortiquées • 50 g de champignons blancs • 2 échalotes • 25 cl de crème fraîche • 4 cl de cognac • 2 branches de persil • 40 g de beurre • sel, poivre

❶ Lavez et essuyez les champignons. Émincez-les finement. Épluchez les échalotes, hachez-les. Rincez et épongez les crevettes. Faites fondre la moitié du beurre dans une casserole, faites revenir les champignons et les échalotes dans le beurre pendant 5 minutes, salez, poivrez et arrosez de cognac. Flambez. Ajoutez les crevettes et la crème et donnez un bouillon. ❷ Préchauffez le four à 180 °C (th. 6). Préparez un bain-marie. Beurrez légèrement les petites cocottes, cassez deux œufs dans chacune d'elles. Enfournez et laissez cuire pendant 10 minutes. Versez la sauce sur les œufs, parsemez de persil ciselé et servez immédiatement.

Œufs cocotte, épinards et saumon fumé

4 | 15 min | 15 min

8 œufs extra frais • 400 g d'épinards frais • 200 g de saumon fumé • 20 g de beurre • 2 cuil. à soupe de baies roses • 4 cuil. à soupe de crème • sel, poivre

❶ Épluchez les épinards, lavez-les puis épongez-les soigneusement. Faites fondre le beurre dans une casserole, mettez les épinards, salez, poivrez et laissez cuire pendant 5 minutes en mélangeant de temps en temps. Coupez le saumon fumé en lanières ou en dés. ❷ Préchauffez le four à 180 °C (th. 6). Préparez un bain-marie. Déposez un peu de crème dans quatre petites cocottes. Répartissez-y les épinards, le saumon et cassez deux œufs par-dessus. Recouvrez d'un peu de crème et parsemez de baies roses. Enfournez et laissez cuire pendant 10 minutes.

Notre conseil : pour cette recette, prenez des chutes de saumon fumé, moins onéreuses que des tranches. Vous pouvez utiliser des épinards surgelés en branches ou hachés, en galets.

Œufs cocotte, girolles et foies de volaille

4 | 15 min | 15 min

8 œufs extra frais • 200 g de foies de volaille • 200 g de girolles • 2 échalotes • 40 g de beurre • 4 branches de persil • sel, poivre

❶ Nettoyez rapidement les girolles sous l'eau sans les laisser tremper, essuyez-les soigneusement et détaillez-les en lamelles. Coupez les foies de volaille en dés. Épluchez les échalotes et hachez-les. Faites fondre la moitié du beurre dans une poêle, faites revenir les girolles, les échalotes et les foies de volaille à feu moyen pendant 5 minutes, salez, poivrez. ❷ Préchauffez le four à 180 °C (th. 6). Préparez un bain-marie. Beurrez quatre petites cocottes. Répartissez les girolles et les foies de volaille, cassez deux œufs par cocotte et enfournez. Laissez cuire pendant 10 minutes et parsemez de persil ciselé.

Notre conseil : accompagnez de mouillettes tartinées d'un beurre d'escargots.

Œufs cocotte, jambon et oseille

4 | 15 min | 15 min

8 œufs extra frais • 150 g d'allumettes de jambon • 200 g d'oseille • 15 cl de crème fraîche • 10 g de beurre • sel, poivre

❶ Épluchez l'oseille, faites-la revenir pendant 5 minutes dans une casserole avec une noisette de beurre, salez, poivrez puis ajoutez la crème. ❷ Préchauffez le four à 180 °C (th. 6). Préparez un bain-marie pouvant contenir quatre petites cocottes. Déposez un peu de crème à l'oseille au fond de chaque cocotte, répartissez les allumettes de jambon, cassez deux œufs par cocotte, versez un peu de crème à nouveau et enfournez. Laissez cuire pendant 10 minutes.

Œufs cocotte, jambon, fromage et ciboulette

4 | 10 min | 10 min

8 œufs extra frais • 150 g d'allumettes de jambon • 50 g de gruyère râpé • 15 cl de crème fraîche • 10 brins de ciboulette • sel, poivre

❶ Préchauffez le four à 180 °C (th. 6). Préparez un bain-marie pouvant contenir quatre petites cocottes. Déposez une cuillerée à soupe de crème au fond de chaque cocotte. Répartissez les allumettes de jambon. Cassez deux œufs par cocotte, saupoudrez de gruyère râpé, ajoutez un peu de crème, salez, poivrez. ❷ Enfournez et laissez cuire pendant 10 minutes. Parsemez les cocottes de brins de ciboulette ciselés. Servez très chaud.

Œufs cocotte, mozzarella, tomates séchées et origan

4 | 10 min | 10 min

8 œufs extra frais • 8 morceaux de tomate séchée • 200 g de mozzarella • 2 cuil. à soupe d'huile d'olive • 1 cuil. à soupe d'origan séché • sel, poivre du moulin

❶ Coupez la mozzarella en lamelles. Préchauffez le four à 210 °C (th. 7). Huilez quatre petites cocottes. ❷ Répartissez les lamelles de mozzarella et les dés de tomate, salez, poivrez, cassez deux œufs par cocotte et saupoudrez d'origan. Enfournez et laissez cuire pendant 10 minutes.

Notre conseil : servez avec des mouillettes de pain grillé frottées avec des olives noires.

Œufs cocotte, pistou et croûtons aillés

4 | 15 min | 10 min

8 œufs extra frais • 2 cuil. à soupe de pignons de pin • 4 cuil. à soupe de parmesan râpé • 4 branches de basilic • 2 gousses d'ail • 7 cuil. à soupe d'huile d'olive • 1 /3 de baguette • sel, poivre

❶ Préchauffez le four à 180 °C (th. 6). Préparez un bain-marie. Huilez légèrement quatre petites cocottes. Coupez le tiers de baguette en tranches fines. Épluchez les gousses d'ail, frottez les tranches de pain avec l'une d'elles. Mixez le parmesan avec les feuilles de basilic, les pignons et les gousses d'ail en versant peu à peu l'huile d'olive restante, ajoutez un peu de sel et de poivre. ❷ Répartissez les croûtons dans les cocottes, cassez deux œufs par cocotte et versez un peu de pistou dessus. Enfournez et laissez cuire pendant 10 minutes.

Notre conseil : si vous êtes pressé, utilisez du pistou en bocal.

Œufs cocotte, pommes de terre et poivron rouge

4 | 15 min | 35 min

8 œufs extra frais • 400 g de pommes de terre • 1 poivron rouge • 2 oignons • 2 gousses d'ail • 1 branche de romarin • 1 branche de thym • 4 cuil. à soupe d'huile d'olive • 4 pincées de piment d'Espelette • sel, poivre

❶ Pelez le poivron avec un couteau économe, épépinez-le et détaillez la chair en dés. Pelez et émincez les oignons et les gousses d'ail. Pelez les pommes de terre, lavez-les, essuyez-les et coupez-les en dés. Faites chauffer l'huile dans une cocotte, mettez les oignons, l'ail et les dés de poivron, laissez-les dorer en mélangeant souvent pendant 10 minutes. Ajoutez les pommes de terre, le thym, le romarin, salez, poivrez, arrosez de 10 cl d'eau chaude, couvrez et laissez cuire pendant 15 minutes en mélangeant de temps en temps. ❷ Préchauffez le four à 210 °C (th. 7) et préparez un bain-marie. Répartissez les légumes dans quatre petites cocottes, cassez deux œufs dans chacune d'elles et enfournez. Laissez cuire pendant 10 minutes. Saupoudrez de piment et servez immédiatement.

Œufs cocotte, tomates, poivrons et chorizo

4 | 15 min | 30 min

8 œufs extra frais • 4 tomates • 1 poivron jaune • 1 poivron rouge • 1 oignon • 2 gousses d'ail • 8 tranches de chorizo • 2 pincées de sucre • 2 pincées de piment d'Espelette • 4 cuil. à soupe d'huile d'olive • sel, poivre

❶ Pelez les poivrons, épépinez-les et coupez-les en fines lanières. Pelez et émincez les gousses d'ail et l'oignon. Pelez les tomates, épépinez-les et coupez-les en dés. Faites chauffer deux cuillerées à soupe d'huile dans une sauteuse, mettez les légumes, salez, poivrez, sucrez, pimentez et mélangez. Laissez cuire à feu doux pendant 20 minutes en mélangeant de temps en temps. ❷ Coupez les tranches de chorizo en morceaux. Préchauffez le four à 180 °C (th. 6). Préparez un bain-marie. Huilez quatre petites cocottes. Répartissez les légumes dans les cocottes, puis recouvrez de chorizo et cassez deux œufs dans chacune d'elles. Enfournez et laissez cuire pendant 10 minutes.

Cocottes de poisson

Cabillaud, pommes de terre et chorizo

4 | 20 min | 30 min

4 pavés de cabillaud • 8 tranches épaisses de chorizo • 500 g de pommes de terre ratte • 1 botte de petits oignons blancs • 2 cuil. à soupe d'huile d'olive • 10 cl de vin blanc sec • 1 dose de safran • sel, poivre

❶ Pelez, lavez et essuyez les pommes de terre. Pelez et émincez les oignons. Faites chauffer l'huile d'olive dans une cocotte et faites dorer les tranches de chorizo pendant 5 minutes. Retirez-les, mettez les oignons, faites revenir pendant 5 minutes, puis ajoutez les pommes de terre, le safran, le vin blanc, du sel et du poivre. ❷ Mélangez, couvrez la cocotte et laissez cuire pendant 20 minutes. Ajoutez les pavés de cabillaud, prolongez la cuisson pendant 10 minutes. Servez immédiatement.

Calamars à l'orange et au fenouil

4 20 min 20 min

600 g de calamars • 2 oranges • 1 bulbe de fenouil • 2 cuil. à soupe d'huile d'olive • 1 cuil. à café de fenouil en poudre • sel, poivre

❶ Émincez finement le fenouil. Épluchez les oranges et prélevez les quartiers. ❷ Faites chauffer l'huile dans une cocotte, faites revenir les calamars et le fenouil haché avec le fenouil en poudre, les quartiers d'orange, un peu de sel et de poivre. Prolongez la cuisson pendant 13 à 15 minutes. Servez bien chaud.

Notre conseil : accompagnez de blé.

Choucroute de poisson

4 | 15 min | 1 h 10

200 g de flétan • 200 g de saumon frais • 200 g de haddock • 4 crevettes bouquet • 800 g de choucroute crue • 4 petites pommes de terre • 4 baies de genièvre • 1 cuil. à café de graines de cumin • 1 gousse d'ail • 1 oignon • 4 clous de girofle • 1 feuille de laurier • 33 cl de vin blanc sec

❶ Lavez le chou à l'eau chaude deux fois de suite. Pelez les pommes de terre, coupez-les en cubes. Coupez les poissons en cubes, décortiquez les crevettes. Épluchez la gousse d'ail et l'oignon, piquez-le de clous de girofle. Mettez le chou dans une cocotte avec le vin blanc, les épices et le laurier. Laissez cuire pendant 1 heure à feu très doux. ❷ Ajoutez les poissons, les crevettes, les pommes de terre et faites cuire pendant 10 minutes. Répartissez le chou dans quatre petites cocottes, déposez dessus des cubes de poisson, une crevette et quelques cubes de pomme de terre. Servez très chaud.

Cocotte de daurade au curry

4 10 min 10 min

600 g de filets de daurade • 2 oignons • 2 gousses d'ail • 4 cuil. à soupe d'huile d'olive • 2 cm de gingembre • 1 cuil. à soupe de curry • 4 pincées de curcuma • 2 pincées de piment de Cayenne • 2 feuilles de laurier • 1 branche de thym • sel, poivre

❶ Pelez et râpez le gingembre, pelez et hachez les oignons, pelez et écrasez les gousses d'ail. Mélangez dans un bol l'ail avec le gingembre, les épices, du sel, du poivre et deux cuillerées à soupe d'eau. Détaillez la daurade en dés. ❷ Faites chauffer l'huile dans une cocotte, faites dorer les oignons en les mélangeant pendant 5 minutes, puis ajoutez les dés de poisson et la sauce au curry, le laurier, le thym et 10 cl d'eau. Mélangez délicatement, couvrez et laissez cuire pendant 10 minutes. Retirez les feuilles de laurier et les branches de thym, versez dans le plat de service.

Notre conseil : servez avec un riz nature.

Cocotte de lotte à l'aïoli

4 20 min 30 min

1,2 kg de lotte sans arête • 1 oignon • 1 tomate • 2 carottes • 1 petite branche de céleri • 1 bulbe de fenouil • 8 pommes de terre ratte • ½ sachet de fumet de poisson • 20 cl de vin blanc sec • 3 cuil. à soupe d'huile d'olive • sel, poivre

Pour la sauce : 2 jaunes d'œufs • 5 gousses d'ail • 10 cl d'huile d'olive • sel, poivre

❶ Épluchez, lavez et essuyez les pommes de terre. Pelez les carottes, coupez-les en tronçons. Coupez le fenouil en quatre. Pelez l'oignon, coupez-le en quatre également. Détaillez la branche de céleri en bâtonnets. Pelez et épépinez la tomate, coupez-la en quatre. Coupez la lotte en cubes. Faites chauffer l'huile dans une cocotte, faites roussir les morceaux de lotte en les retournant régulièrement pendant 5 minutes, saupoudrez de fumet de poisson, mouillez avec le vin blanc, ajoutez tous les légumes et un peu d'eau si nécessaire pour que les ingrédients soient recouverts, salez, poivrez. Portez à ébullition, puis baissez le feu, couvrez et laissez cuire pendant 15 minutes. ❷ Pendant ce temps, préparez l'aïoli : épluchez les gousses d'ail et mixez-les en fine purée. Mettez les jaunes d'œufs dans un bol, ajoutez un peu de sel et de poivre, la purée d'ail et versez l'huile en filet sans cesser de fouetter. Réservez au frais. Égouttez la lotte et les légumes. Filtrez le bouillon, versez-le dans la cocotte, faites réduire de moitié. Remettez le poisson et les légumes dans la cocotte ou répartissez le poisson et les légumes dans quatre petites cocottes, arrosez de bouillon réduit. Accompagnez d'aïoli.

Notre conseil : servez avec des tranches de pain de campagne grillées.

Crevettes aux poivrons

4 | 10 min | 30 min

24 grosses crevettes cuites décortiquées • 2 poivrons verts • 2 poivrons rouges • 4 cuil. à soupe d'huile d'olive • 3 branches de basilic • 3 branches de persil plat • sel, poivre

❶ Pelez les poivrons avec un couteau économe, épépinez-les et coupez-les en fines lanières. Préchauffez le four à 180 °C (th. 6). Versez une cuillerée à soupe d'huile dans quatre petites cocottes, ajoutez les poivrons, salez, poivrez, mélangez, couvrez et enfournez. Laissez cuire pendant 25 à 30 minutes. ❷ Les poivrons doivent être très tendres. Sortez les cocottes du four, ajoutez six crevettes dans chacune d'elles, mélangez, couvrez et prolongez la cuisson pendant 3 minutes. Ciselez très finement les feuilles de basilic et de persil, parsemez-les sur les cocottes.

Effiloché de haddock à la crème et au chou vert

4 | 20 min | 45 min

1 petit chou vert • 600 g de haddock • 40 g de beurre • 20 cl de crème • 50 cl de lait • 1 cuil. à soupe de gingembre en poudre • sel, poivre du moulin

❶ Retirez les feuilles flétries du chou et le trognon, coupez-le en quatre. Plongez-le dans une casserole d'eau, portez à ébullition, prolongez la cuisson pendant 5 minutes, puis égouttez-le. Détaillez-le en fines lanières avec un couteau aiguisé. Faites fondre le beurre dans une sauteuse, mettez les lanières de chou, salez peu, poivrez, mélangez, couvrez et laissez cuire pendant 25 minutes à feu doux. Arrosez de crème et poursuivez la cuisson pendant 5 minutes. ❷ Pendant ce temps, mettez le haddock dans une grande casserole, couvrez-le de lait, ajoutez de l'eau si nécessaire, portez à ébullition, puis baissez le feu et faites cuire pendant 10 minutes. Préchauffez le four à 180 °C (th. 6). Répartissez le chou dans quatre petites cocottes préchauffées. Égouttez le haddock, effilochez la chair et répartissez-la sur le chou. Saupoudrez de gingembre. Couvrez et enfournez. Laissez cuire pendant 5 minutes. Servez bien chaud.

Églefin à la provençale

4 15 min 25 min

600 g d'églefin • 4 tomates • 2 poivrons rouges • 10 cl de vin blanc sec • 2 échalotes • 4 cuil. à soupe d'huile d'olive • sel, poivre

❶ Pelez et épépinez les poivrons, coupez-les en lanières. Pelez et émincez les échalotes. Lavez et essuyez les tomates, coupez-les en lamelles. Détaillez l'églefin en quatre morceaux. Faites chauffer l'huile dans une cocotte, faites revenir les échalotes pendant 5 minutes, puis ajoutez les lanières de poivron et les lamelles de tomate. Salez, poivrez et arrosez de vin blanc. ❷ Couvrez et laissez cuire pendant 15 minutes. Déposez les morceaux de poisson sur les légumes, couvrez et prolongez la cuisson pendant 10 minutes. Servez chaud.

Notre conseil : accompagnez de riz blanc.

Lotte, agrumes, épices et coco

4 | 15 min | 30 min | 15 min

400 g de queue de lotte sans arête • 20 cl de lait de coco nature • 1 orange • 1 citron • 1 cuil. à soupe de curry • 2 cuil. à soupe d'huile d'olive • 4 étoiles d'anis • 4 branches de coriandre • sel, poivre

❶ Pressez l'orange et le citron, versez le jus obtenu dans une jatte, ajoutez les étoiles d'anis, le curry, l'huile et un peu de sel et de poivre. Mélangez. Coupez la lotte en petits cubes, mettez-les dans la marinade, recouvrez de film alimentaire et laissez en attente au frais pendant 30 minutes. ❷ Préchauffez le four à 180 °C (th. 6). Répartissez dans quatre petites cocottes les cubes de lotte, la marinade, le lait de coco. Couvrez, enfournez et laissez cuire pendant 15 minutes. Ciselez les feuilles de coriandre, parsemez-les sur les cocottes.

Matelote de thon aux lardons

4 15 min 1 heure

800 g de thon frais • 200 g d'allumettes de lardons fumés • 8 oignons grelots • 2 gousses d'ail • 40 cl de vin rouge • 2 cuil. à soupe de farine • 1 cuil. à soupe de concentré de tomates • 1 bouquet garni • 4 cuil. à soupe d'huile d'olive • sel, poivre

❶ Pelez les oignons, épluchez les gousses d'ail, émincez-les. Coupez le thon en cubes. ❷ Faites chauffer l'huile dans une cocotte, faites dorer les cubes de thon pendant 5 minutes en les retournant souvent, ajoutez les oignons, l'ail, les lardons et le bouquet garni. Salez, poivrez, saupoudrez de farine et mélangez bien. Arrosez de vin et ajoutez le concentré de tomates. Complétez avec un peu d'eau si nécessaire pour que le poisson soit immergé. Couvrez et laissez cuire à feu doux pendant 1 heure. Versez dans le plat de service et servez très chaud.

Notre conseil : accompagnez ce thon de pommes de terre vapeur.

Mini cocottes de sardines, ail, thym et tomates

4 | 10 min | 20 min

12 sardines fraîches • 4 tomates • 2 gousses d'ail • 4 cuil. à soupe d'huile d'olive • 4 branches de thym • sel, poivre

❶ Prélevez les filets des sardines (ou demandez à votre poissonnier de le faire). Épluchez les gousses d'ail, hachez-les. Effeuillez le thym. Lavez et essuyez les tomates. Coupez-les en tranches fines. ❷ Préchauffez le four à 180 °C (th. 6). Huilez légèrement quatre petites cocottes, déposez, en les alternant, des tranches de tomate, des filets de sardine, un peu d'ail et de thym, du sel et du poivre. Arrosez d'un filet d'huile. Couvrez et faites cuire pendant 20 minutes.

Moules à la crème et au curry

4 | 15 min | 15 min

4 litres de moules • 75 cl de vin blanc sec • 20 cl de crème • 3 cuil. à soupe de curry • 2 échalotes • sel, poivre

❶ Grattez les moules et lavez-les à grande eau. Pelez et hachez les échalotes. Versez le vin blanc dans une sauteuse, portez-le à ébullition, puis mettez les moules, salez, poivrez et mélangez. Laissez-les ouvrir à feu vif en secouant la sauteuse régulièrement. Dès qu'elles sont ouvertes, retirez-les de la sauteuse avec une écumoire et ôtez une coquille sur deux. ❷ Préchauffez le four à 150 °C (th. 5). Mettez les moules dans quatre petites cocottes. Filtrez le jus de cuisson, mélangez-le avec la crème et le curry, versez sur les moules. Couvrez les cocottes et enfournez. Réchauffez pendant 5 minutes. Servez aussitôt.

Noix de Saint-Jacques à la fondue de poireaux

4 | 15 min | 25 min

4 poireaux • 8 à 12 noix de Saint-Jacques • 1 échalote • 40 g de beurre • 20 cl de crème liquide • fleur de sel, poivre du moulin

❶ Épluchez les poireaux, lavez-les soigneusement et coupez-les en julienne. Pelez et émincez l'échalote. Faites fondre 20 g de beurre dans une casserole, mettez l'échalote et les poireaux, salez, poivrez, mélangez et laissez cuire à feu très doux pendant 20 minutes. ❷ Faites fondre le reste de beurre dans une poêle, mettez les noix de Saint-Jacques, laissez-les cuire à feu vif pendant 1 minute de chaque côté. Répartissez la fondue de poireaux dans quatre petites cocottes préchauffées, déposez dessus deux ou trois noix de Saint-Jacques et parsemez de fleur de sel et de poivre du moulin. Servez sans attendre.

Petites cocottes de poissons au safran et au pastis

4 | 20 min | 40 min

4 filets de rouget • 200 g de cabillaud • 12 moules • 400 g de saumon • 8 petites pommes de terre • 2 petites courgettes • 1 échalote • 1 litre de soupe de poisson • 5 cl de pastis • 2 doses de safran • 20 g de beurre • sel, poivre

❶ Pelez les pommes de terre, faites-les cuire à l'eau bouillante salée pendant 10 minutes. Lavez les courgettes, coupez-les en rondelles, ajoutez-les aux pommes de terre et prolongez la cuisson pendant 5 minutes. Retirez les légumes avec une écumoire, réservez. ❷ Grattez et lavez soigneusement les moules. Pelez et émincez l'échalote. Faites fondre une noisette de beurre dans une casserole, mettez l'échalote, laissez-la dorer pendant 2 minutes, puis mettez les moules, mélangez, couvrez et faites-les ouvrir à feu vif en secouant régulièrement la casserole. Lorsqu'elles sont ouvertes, retirez-les, ôtez une coquille sur deux et réservez. Passez le jus de cuisson, versez-le dans une casserole. Ajoutez la soupe de poisson, le pastis et le safran, portez à ébullition. Retirez du feu. ❸ Préchauffez le four à 180 °C (th. 6). Coupez les filets de rouget en deux, le saumon et le cabillaud en petits cubes. Répartissez dans quatre petites cocottes les poissons, les moules et les légumes. Arrosez de soupe de poisson au safran et au pastis. Couvrez, enfournez et laissez cuire pendant 25 minutes. Servez bien chaud.

Notre conseil : accompagnez de tranches de baguette grillées frottées à l'ail et de sauce rouille.

Petites cocottes de poissons aux petits légumes

4 15 min 40 min

2 pavés de saumon • 200 g de filets de lotte • 4 coquilles Saint-Jacques • 4 petites carottes nouvelles • 4 petits oignons grelots • 4 petits navets nouveaux • 4 mini courgettes • 1 citron • 1 bouquet de cerfeuil • 1 litre de fumet de poisson • 10 cl de crème fraîche • sel, poivre

❶ Portez le fumet à ébullition et faites-le réduire de moitié puis ajoutez la crème et laissez réduire encore d'un tiers. Pendant ce temps, lavez les courgettes, épluchez les carottes, les oignons et les navets et faites cuire tous ces légumes pendant 10 minutes à la vapeur. ❷ Coupez les pavés de saumon et les filets de lotte en dés, rincez les coquilles Saint-Jacques, faites-les cuire pendant 5 minutes à la vapeur. Pressez le citron, ajoutez le jus au fumet, mélangez vivement, rectifiez l'assaisonnement si nécessaire. Répartissez le poisson et les légumes dans quatre cocottes, arrosez de sauce. Ciselez le cerfeuil, parsemez-en les cocottes et servez immédiatement.

Pot-au-feu de la mer au paprika

4 15 min 40 min

500 g de cabillaud • 500 g de saumon frais • 8 carottes • 4 poireaux • 4 petits navets • 1 brocoli • 1 oignon • 10 cl de vin blanc • 50 cl de fumet de poisson • 1 cuil. à soupe de paprika • sel, poivre

❶ Pelez les carottes, coupez-les en tronçons de 3 cm de long. Épluchez les poireaux, lavez-les, coupez-les en tronçons de la même taille et ficelez-les en quatre fagots avec du fil de cuisine. Pelez les navets. Pelez l'oignon, émincez-le. Séparez le brocoli en quatre ou huit petits bouquets. Mettez le fumet de poisson avec le vin blanc et le paprika dans une casserole, ajoutez les légumes, du sel et du poivre. Portez à ébullition, puis baissez le feu et faites cuire pendant 30 minutes. ❷ Coupez les poissons en quatre morceaux chacun, ajoutez-les dans la casserole et poursuivez la cuisson pendant 10 minutes. Répartissez les légumes et les morceaux de poissons dans quatre cocottes individuelles, arrosez de bouillon, couvrez-les et servez bien chaud avec du gros sel.

Cocottes de viande ou de volaille

Agneau, citron et gingembre

4 15 min 1 heure

600 g d'épaule d'agneau • 2 citrons non traités • 8 petits oignons • 4 cm de gingembre • 2 gousses d'ail • 3 cuil. à soupe d'huile d'olive • sel, poivre

❶ Détaillez la viande en cubes. Coupez un citron en quartiers. Prélevez le zeste du second citron, râpez-le et pressez le fruit. Épluchez les gousses d'ail, hachez-les. Pelez le gingembre, coupez-le en julienne. Pelez les oignons. ❷ Faites chauffer l'huile dans une cocotte, faites dorer les morceaux d'agneau en les retournant souvent pendant 5 minutes, puis ajoutez l'ail, le gingembre, le citron, les oignons entiers et un peu de sel et de poivre. Arrosez de 10 cl d'eau. Mélangez, couvrez et laissez cuire à feu très doux pendant 45 minutes. Servez dans la cocotte.

Notre conseil : servez avec de la semoule aux raisins secs.

Agneau, tomates, olives et basilic

4 15 min 1 h 10

600 g d'épaule d'agneau coupée en morceaux • 3 tomates • 1 oignon • 2 gousses d'ail • 2 cuil. à soupe de farine • 20 cl de vin blanc sec • 2 branches de romarin • 3 cuil. à soupe d'olives noires dénoyautées • 4 cuil. à soupe d'huile d'olive • 1 bouquet garni • 1 bouquet de basilic • sel, poivre

❶ Lavez et essuyez les tomates, coupez-les en quatre. Épluchez et émincez l'oignon et les gousses d'ail. Faites chauffer l'huile dans une cocotte, mettez les morceaux d'agneau, faites-les dorer pendant 5 minutes en les retournant régulièrement, puis salez, poivrez, saupoudrez de farine et arrosez de vin blanc. Ajoutez l'ail, l'oignon, les branches de romarin et le bouquet garni. Ajoutez un peu d'eau pour que la viande soit recouverte. Portez à ébullition, puis baissez le feu, couvrez et laissez cuire pendant 1 heure. ❷ Coupez les olives en petits morceaux, ciselez finement le basilic. Retirez de la cocotte le bouquet garni et les branches de romarin, versez la viande, les légumes et la sauce dans un plat, parsemez d'olives et de basilic. Servez bien chaud.

Ailerons de poulet au miel

4 | 10 min | 1 heure | 20 min

16 ailerons de poulet • 4 cuil. à soupe de miel liquide • 2 oranges • 1 cuil. à soupe de sauce barbecue • 1 cuil. à soupe de ketchup • sel, poivre

❶ Pressez les oranges. Versez le jus obtenu dans un saladier, ajoutez le miel, la sauce barbecue, le ketchup, du sel et du poivre. Mélangez et plongez les ailerons de poulet dans cette sauce. Retournez-les plusieurs fois pour qu'ils soient bien enrobés et laissez mariner pendant 1 heure au frais. ❷ Préchauffez le four à 210 °C (th. 7). Placez les ailerons dans un plat à four, faites-les cuire pendant 20 minutes. Répartissez-les dans quatre petites cocottes. Servez bien chaud.

Notre conseil : servez avec des chips, du maïs grillé, une salade de tomates.

Cocotte de poulet aux légumes de printemps

4 20 min 25 min

4 blancs de poulet de 150 g chacun • 8 petites carottes nouvelles • 4 navets nouveaux • 4 petits poireaux • 1 botte d'oignons nouveaux • 5 grains de poivre • 5 baies de genièvre • 1 bouquet garni • 2 branches de persil • 2 branches de coriandre • 10 brins de ciboulette • sel

❶ Épluchez tous les légumes. ❷ Versez 2 litres d'eau dans une cocotte, ajoutez le bouquet garni, le poivre en grains, les baies de genièvre et du sel. Portez à ébullition, puis plongez les légumes et les blancs de poulet dans le bouillon. Couvrez, laissez cuire pendant 15 à 20 minutes. Vérifiez que les légumes sont cuits. Parsemez d'herbes ciselées finement, et servez dans la cocotte.

Cocotte de poulet, champignons et olives

4 15 min 35 min

1 poulet coupé en morceaux • 250 g de champignons blancs • 150 g d'olives vertes dénoyautées • 10 petits oignons grelots • 1 cuil. à soupe d'huile d'olive • 4 cl d'armagnac • 10 cl de vin blanc • sel, poivre

❶ Lavez, essuyez et émincez les champignons. Pelez les oignons, laissez-les entiers. Faites chauffer l'huile dans une cocotte, mettez les morceaux de poulet et faites-les dorer sur toutes leurs faces en les retournant souvent pendant 5 minutes puis ajoutez les oignons. Laissez cuire pendant 5 minutes. ❷ Versez l'armagnac chaud dans la cocotte, flambez rapidement. Mouillez avec le vin blanc, salez, poivrez, ajoutez les olives et les champignons. Couvrez et laissez cuire environ 30 minutes. Servez bien chaud.

Notre conseil : accompagnez de polenta gratinée.

Coquelets en cocotte aux deux pommes

4 15 min 1 heure

2 coquelets • 600 g de pommes de terre ratte • 2 pommes reinettes • 1 citron • 10 cl de vinaigre de framboise • 30 cl de cidre • 20 g de beurre • 3 cuil. à soupe d'huile d'olive • sel, poivre

❶ Découpez les coquelets en deux dans le sens de la longueur. Épluchez les pommes de terre. Pressez le citron. Épluchez les pommes, coupez-les en quartiers et citronnez-les. Faites fondre le beurre avec l'huile dans une cocotte, faites-y dorer les coquelets en les retournant souvent pendant 10 minutes, puis retirez-les. ❷ Versez le vinaigre de framboise dans la cocotte, faites bouillir et laissez réduire à feu vif pendant 2 minutes. Remettez les demi-coquelets, ajoutez les pommes de terre, les lamelles de pomme, salez, poivrez et arrosez de cidre. Baissez le feu, couvrez et laissez cuire pendant 40 minutes. Servez bien chaud.

Crumble de confit de canard

4 | 15 min | 10 min

4 cuisses de canard confit • 1 petite boîte de haricots blancs au naturel • 40 g de beurre • 100 g de chapelure • 2 gousses d'ail • 1 cuil. à soupe de feuilles de sauge • sel, poivre

❶ Égouttez les haricots blancs, répartissez-les dans quatre petites cocottes. Effilochez la chair des cuisses de canard, posez-la par-dessus. Pelez les gousses d'ail, hachez-les avec les feuilles de sauge. ❷ Allumez le gril du four. Malaxez à la main le beurre avec la chapelure, un peu de sel et de poivre et le hachis pour obtenir une pâte à crumble. Répartissez-la sur les cocottes. Ne les couvrez pas, mettez-les au four et laissez gratiner pendant 8 à 10 minutes. Servez immédiatement.

Cuisses de canard aux pruneaux et aux amandes

4 15 min 1 h 20

4 cuisses de canard • 150 g d'amandes • 300 g de pruneaux dénoyautés • 2 oignons • 2 gousses d'ail • 2 cuil. à café de gingembre moulu • 1 cuil. à café de cannelle en poudre • 3 cuil. à soupe d'huile d'olive • 2 cuil. à soupe de miel liquide • 4 cuil. à soupe de graines de sésame • sel, poivre

❶ Mettez les pruneaux dans un bol, recouvrez-les d'eau chaude et laissez-les tremper. Pelez les gousses d'ail et les oignons, hachez-les. Faites chauffer l'huile dans une cocotte, faites revenir l'ail et l'oignon en remuant constamment pendant 3 minutes, puis mettez les cuisses de canard. Laissez-les dorer, saupoudrez-les de gingembre, salez, poivrez et arrosez avec 20 cl d'eau. Mélangez, couvrez et laissez cuire pendant 45 minutes. ❷ Égouttez les pruneaux. Versez le miel dans une casserole, ajoutez la cannelle, les pruneaux, les amandes et faites cuire à feu très doux pendant 10 minutes. Faites griller les graines de sésame à sec dans une poêle. Versez les pruneaux et les amandes dans la cocotte, mélangez. Versez dans le plat de service et saupoudrez de graines de sésame.

Émincé de porc au caramel

4 15 min 20 min

800 g de filet de porc • 3 oignons • 2 cuil. à soupe de sucre • 3 cuil. à soupe de nuoc-mâm • 1 bouquet de coriandre • sel, poivre

❶ Coupez le porc en dés. Épluchez et hachez les oignons. ❷ Versez le sucre dans une cocotte, arrosez avec un verre d'eau. Faites cuire jusqu'à obtention d'un caramel blond. Ajoutez le nuoc-mâm, puis la viande et les oignons. Salez, poivrez. Laissez cuire pendant 20 minutes en mélangeant de temps en temps.

Notre conseil : accompagnez ce plat de riz thaï ou de riz cantonais.

Faisan en cocotte

4 15 min 40 min

1 beau faisan avec ses abats • 1 tranche de jambon de pays • 4 foies de volaille • 1 branche de thym • 4 feuilles de sauge • 4 cl de cognac • 100 g de beurre • sel, poivre

❶ Hachez le jambon de pays avec les abats du faisan, les foies de volaille, les feuilles de sauge et le thym effeuillé. Farcissez le faisan avec ce hachis. ❷ Faites fondre le beurre dans une cocotte, faites dorer le faisan pendant 10 minutes en le retournant souvent, salez, poivrez, arrosez de cognac et poursuivez la cuisson pendant 45 minutes. Découpez le faisan et la farce, disposez-les sur un plat de service et servez la sauce en saucière.

Notre conseil : accompagnez de marrons, de haricots verts ou de purée de pommes de terre.

Filet de porc au romarin et à l'orange

4 15 min 50 min

600 g de filet de porc • 3 oranges • 25 cl de bouillon de volaille • 30 g de farine • 2 branches de romarin frais • 2 cuil. à soupe d'huile d'olive • 2 cuil. à soupe de Grand Marnier • sel, poivre

❶ Faites chauffer l'huile dans une cocotte, mettez le filet, faites-le dorer en le retournant souvent pendant 5 minutes. Pressez les oranges. Saupoudrez le porc de farine, ajoutez le romarin, versez le Grand Marnier, le jus d'orange et le bouillon, salez peu, poivrez et laissez cuire pendant 45 minutes à feu doux. ❷ Retirez le rôti de la cocotte, coupez-le en tranches, disposez-les sur le plat de service. Filtrez la sauce, nappez-en le rôti.

Fricassée de lapin au genièvre

4 20 min 45 min

2 cuisses et 2 râbles de lapin désossés • 12 tranches fines de lard fumé • 25 cl de vin blanc sec • 1 poireau • 1 carotte • 1 oignon • 2 gousses d'ail • 100 g de beurre • 2 cuil. à soupe de baies de genièvre • 3 branches de romarin • 1 bouquet garni • sel, poivre

❶ Détaillez la chair du lapin en douze parts égales. Épluchez les gousses d'ail, effeuillez le romarin. Mixez-les avec les baies de genièvre. Tartinez les morceaux de lapin avec cette préparation et entourez-les d'une tranche de lard. ❷ Épluchez la carotte, le poireau, l'oignon, émincez-les finement. Faites fondre le beurre dans une cocotte, faites dorer les morceaux de lapin pendant 5 minutes en les retournant souvent, puis ajoutez les légumes et le bouquet garni, salez, poivrez et arrosez de vin blanc. Portez à ébullition, puis baissez le feu, couvrez et laissez cuire pendant 40 minutes. Servez aussitôt.

Notre conseil : accompagnez ce plat de pâtes fraîches.

Jarret de veau à l'orange

4 | 15 min | 1 h 50

800 g de jarret de veau • 800 g de carottes • 3 oranges non traitées • 2 oignons • 2 gousses d'ail • ½ cuil. à café de gingembre moulu • ½ cuil. à café de cannelle en poudre • ½ cuil. à café de cumin en poudre • 3 cuil. à soupe d'huile d'olive • 2 cuil. à soupe d'eau de fleur d'oranger • 4 branches de coriandre • sel, poivre

❶ Épluchez les oignons, émincez-les. Pelez et hachez les gousses d'ail. Pelez les carottes et coupez-les en rondelles. Pressez une orange. Râpez le zeste des deux autres, prélevez-en les quartiers. Mélangez toutes les épices dans un bol. Faites chauffer l'huile dans une cocotte, mettez les oignons et l'ail, laissez fondre à feu doux pendant 5 minutes puis ajoutez le jarret et les carottes. Arrosez avec 10 cl d'eau et l'eau de fleur d'oranger, salez, poivrez, ajoutez les épices. Couvrez et laissez cuire pendant 1 heure 30 minutes. Ajoutez enfin les quartiers d'orange et poursuivez la cuisson pendant 10 minutes. Parsemez de feuilles de coriandre ciselée avant de servir.

Notre conseil : accompagnez de semoule à la vapeur.

Lapin au citron, pommes de terre et poivron rouge

4 | 15 min | 30 min

4 petits râbles de lapin désossés • 400 g de pommes de terre • 1 gros poivron rouge • 2 citrons non traités • 2 cuil. à soupe de feuilles de sauge séchées • 4 cuil. à soupe d'huile d'olive • sel, poivre du moulin

❶ Pelez les pommes de terre, lavez-les, essuyez-les, coupez-les en deux ou quatre selon leur grosseur et faites-les cuire 10 minutes dans de l'eau bouillante salée. Égouttez-les. ❷ Préchauffez le four à 180 °C (th. 6). Coupez un citron en petits morceaux, pressez le second. Pelez le poivron avec un couteau économe, épépinez-le et coupez-le en fines lanières. Mélangez dans une jatte les pommes de terre avec les lanières de poivron, les feuilles de sauge, les morceaux de citron, le jus de citron, un peu de sel et de poivre. ❸ Versez une cuillerée à soupe d'huile dans quatre cocottes, déposez un peu de mélange de légumes, puis de la chair de lapin, et terminez par des légumes. Couvrez et enfournez. Laissez cuire pendant 30 minutes. Servez bien chaud.

Mini tajines d'agneau aux pruneaux et aux amandes

4 | 15 min | 1 h 15

600 g d'épaule d'agneau • 8 gros pruneaux dénoyautés • 1 oignon • 30 cl de bouillon de volaille • 4 cuil. à soupe d'huile d'olive • 1 cuil. à soupe de ras-el-hanout • 150 g d'amandes effilées • sel, poivre

❶ Pelez et émincez l'oignon. Coupez l'épaule en cubes. Faites chauffer l'huile dans une cocotte, mettez l'oignon et la viande, faites roussir à feu vif en mélangeant pendant 5 minutes, ajoutez le ras-el-hanout, un peu de sel et de poivre, mouillez avec le bouillon, portez à ébullition, puis baissez le feu, couvrez et laissez cuire pendant 1 heure. ❷ Ajoutez les pruneaux, prolongez la cuisson de quelques minutes. Faites griller les amandes à sec dans une poêle à revêtement antiadhésif. Répartissez la viande, les pruneaux et la sauce dans quatre mini plats à tajine préchauffés, parsemez d'amandes et servez immédiatement.

Notre conseil : accompagnez ce plat de semoule à la vapeur.

Mini tajines de poulet au citron confit, courgettes et pommes de terre

4 | 15 min | 45 min

8 découpes de poulet • 1 citron confit • 4 petites courgettes • 4 pommes de terre • 4 oignons • 2 gousses d'ail • 12 olives vertes dénoyautées • 1 bouquet de coriandre • 4 cuil. à soupe d'huile d'olive • 1 cuil. à soupe de cumin en poudre • sel, poivre

❶ Épluchez l'ail et les oignons, hachez-les grossièrement. Pelez les pommes de terre, lavez-les, essuyez-les et coupez-les en cubes. Lavez et essuyez les courgettes, coupez-les en rondelles. Détaillez le citron confit en petits dés. ❷ Faites chauffer l'huile dans une cocotte, faites dorer les oignons et l'ail pendant 5 minutes en remuant souvent, puis ajoutez les morceaux de poulet, salez, poivrez, saupoudrez d'un peu de cumin. Ajoutez le citron confit, les courgettes, les pommes de terre et les olives, arrosez avec 20 cl d'eau chaude, couvrez et laissez cuire pendant 40 minutes. ❸ Répartissez le poulet et les légumes dans quatre mini plats à tajine préchauffés, arrosez de sauce. Parsemez de feuilles de coriandre ciselées. Servez bien chaud.

Paupiettes au bacon, aux oignons et aux poireaux

4 15 min 35 min

4 fines escalopes de veau • 8 fines tranches de bacon • 10 oignons grelots • 2 poireaux • 2 feuilles de laurier • 10 cl de vin blanc • 10 cl de bouillon de volaille • 3 cuil. à soupe d'huile d'olive • sel, poivre

❶ Pelez les oignons. Épluchez les poireaux, lavez-les soigneusement et coupez-les en julienne. Étalez les escalopes de veau sur le plan de travail, déposez sur chacune d'elles deux tranches de bacon, puis roulez-les en paupiettes et ficelez-les. ❷ Faites chauffer l'huile dans une cocotte, mettez les paupiettes, faites-les dorer pendant 5 minutes en les retournant souvent, salez peu, poivrez, ajoutez les oignons et l'émincé de poireaux. Laissez cuire pendant 5 minutes en mélangeant, puis arrosez de vin blanc et de bouillon, ajoutez les feuilles de laurier, portez à ébullition. Baissez ensuite le feu, couvrez et laissez cuire pendant 20 minutes. Servez bien chaud.

Notre conseil : accompagnez ce plat de pâtes fraîches.

Petites cocottes de canard et de pommes confits à l'ail

4 | 15 min | 10 min

4 cuisses de confit de canard • 700 g de pommes de terre • 4 gousses d'ail • 2 branches de persil • sel, poivre

❶ Pelez l'ail, écrasez-le au-dessus d'un saladier. Pelez les pommes de terre, lavez-les, essuyez-les, coupez-les en petits dés, mettez-les dans le saladier, mélangez. Égouttez les cuisses de canard en conservant la graisse qui s'en écoule. Versez-la dans quatre petites cocottes. Ajoutez les dés de pomme de terre, salez, poivrez, mélangez pour qu'ils soient bien enrobés. ❷ Préchauffez le four à 180 °C (th. 6). Désossez les cuisses de canard, déposez la chair sur les pommes de terre. Couvrez et enfournez. Laissez cuire pendant 30 minutes. Parsemez de feuilles de persil ciselées au moment de servir.

Petites cocottes de poulet aux amandes

4 | 10 min | 30 min

600 g de blancs de poulet • 2 oignons • 4 œufs • 100 g d'amandes effilées • 1 cuil. à soupe de sucre • 1 cuil. à café de cannelle en poudre • 100 g de beurre • 4 feuilles de brick • 1 dose de safran • sel, poivre

❶ Épluchez et hachez les oignons. Coupez les blancs de poulet en petits dés. Faites fondre 20 g de beurre dans une poêle, mettez les blancs de poulet et les oignons hachés et faites-les cuire à feu doux pendant 10 minutes. Ajoutez le safran, le sucre, la cannelle, les œufs battus en omelette, du sel, du poivre et mélangez bien. ❷ Préchauffez le four à 210 °C (th. 7). Faites griller les amandes à sec dans une poêle, ajoutez-les à la préparation. Retirez du feu. Faites fondre le reste de beurre dans une casserole, retirez le dépôt blanc qui se forme. Beurrez quatre petites cocottes, répartissez la préparation. Recouvrez les cocottes d'une feuille de brick pliée à leurs dimensions. Beurrez-les au pinceau. Enfournez et laissez cuire pendant 15 minutes.

Pintade, pommes grenaille, champignons et sauge

4 15 min 1 h 30

1 pintade fermière coupée en morceaux • 1 oignon • 1 ,5 cl de vin blanc sec • 40 cl de crème fraîche • 600 g de pommes de terre grenaille • 200 g de champignons mélangés • 1 cuil. à soupe de feuilles de sauge séchées • 2 cuil. à soupe d'huile d'olive • sel, poivre

❶ Épluchez et émincez l'oignon. Lavez et essuyez les pommes de terre et les champignons. Faites chauffer l'huile d'olive dans une cocotte, faites dorer les morceaux de pintade pendant 5 minutes en les retournant souvent, ajoutez l'oignon émincé, la sauge, salez, poivrez, puis arrosez de vin blanc. Laissez cuire à feu doux pendant 45 minutes. ❷ Ajoutez les pommes de terre, prolongez la cuisson à couvert pendant 15 minutes. Ajoutez enfin la crème et les champignons, laissez cuire encore pendant 10 minutes. Servez bien chaud.

Porc à l'ananas

4 20 min 20 min

600 g de sauté de porc • 1 petit poivron rouge • 1 petit poivron vert • 1 oignon • 1 petite boîte de morceaux d'ananas au sirop • 1 cuil. à soupe de sauce de soja • 1 cuil. à soupe de curry • 4 cuil. à soupe d'huile d'olive • 1 bouquet de coriandre • sel, poivre

❶ Détaillez la viande en gros dés. Pelez et épépinez les poivrons, coupez-les en fines lanières. Pelez et hachez l'oignon. ❷ Faites chauffer l'huile d'olive dans une cocotte, mettez les dés de porc, faites-les dorer en mélangeant régulièrement pendant 5 minutes. Ajoutez les lanières de poivron, les morceaux d'ananas avec leur sirop, le curry, l'oignon, la sauce de soja, poivrez. Couvrez et laissez cuire pendant 15 minutes. Parsemez de coriandre ciselée.

Notre conseil : accompagnez de riz basmati.

Porc aux oignons confits

4 | 20 min | 1 h 15

1 kg de porc dans l'échine • 8 oignons • 100 g de beurre • 2 cuil. à soupe de sucre • 2 clous de girofle • 2 feuilles de laurier • 1 cuil. à café de cannelle • sel, poivre

1 Pelez et émincez finement les oignons. Faites fondre la moitié du beurre dans une cocotte, saupoudrez-le avec une cuillerée à soupe de sucre et laissez caraméliser pendant 5 minutes. Mettez le rôti dans la cocotte, laissez-le dorer en le retournant régulièrement pendant 5 minutes. Retirez-le. 2 Mettez dans la cocotte le reste de beurre, laissez-le fondre, puis ajoutez le reste de sucre, les oignons, les clous de girofle, du sel et du poivre. Mélangez pendant 10 minutes à feu moyen pour que les oignons caramélisent, puis remettez le rôti, les feuilles de laurier et arrosez avec 10 cl d'eau chaude. Couvrez et laissez cuire à feu doux pendant 1 heure. Coupez le rôti en tranches, disposez-les sur le plat de service et entourez-les d'oignons.

Poulet confit

4 20 min 2 h 30

8 découpes de poulet fermier • 50 cl de bouillon de volaille • 1 carotte • 1 branche de céleri • 1 oignon • 4 gousses d'ail • 1 branche de thym • 1 feuille de laurier • 6 cuil. à soupe d'huile d'olive • gros sel • poivre

❶ Pelez la carotte, l'oignon, les gousses d'ail, émincez-les. Coupez la branche de céleri en tronçons. Mettez-les dans une grande casserole avec le thym et le laurier, versez le bouillon et portez à ébullition. Faites réduire des trois quarts. Passez le bouillon, réservez. ❷ Retirez la peau des découpes de poulet, enduisez-les de gros sel. Versez un peu d'huile d'olive dans une cocotte, disposez les morceaux de poulet les uns contre les autres. Arrosez de bouillon et d'huile d'olive, poivrez et couvrez. Mettez la cocotte au four à 90 °C (th. 3) et laissez confire pendant 2 heures. Servez tiède.

Notre conseil : accompagnez ce poulet de salade de mesclun avec des tomates et des concombres.

Poulet en capilotade

4 | 10 min | 1 h 10

1 poulet coupé en morceaux • 4 tomates • 3 gousses d'ail • 1 oignon • 1 branche de céleri • 1 cuil. à soupe de concentré de tomates • 1 bouquet garni • 30 cl de vin blanc sec • 30 cl de bouillon de volaille • 1 cuil. à soupe d'huile d'olive • 1 cuil. à café de farine • sel, poivre

❶ Épluchez et hachez l'ail et l'oignon. Pelez, épépinez les tomates et hachez-les également. Coupez la branche de céleri en tronçons. ❷ Faites chauffer l'huile d'olive dans une cocotte, ajoutez-y l'ail et l'oignon. Laissez-les fondre pendant 3 minutes, saupoudrez de farine, ajoutez les tomates, le céleri, le concentré de tomates, le poulet, le bouquet garni, le vin blanc, le bouillon, du sel et du poivre. Mélangez et couvrez. Laissez cuire pendant 1 heure à feu doux. Servez bien chaud.

Notre conseil : accompagnez ce plat de pâtes fraîches.

Râbles de lapin au fromage et à la moutarde

4 15 min 40 min

4 gros râbles de lapin (ou 8 petits) • 1 cuil. à soupe de farine • 30 g de beurre • 2 cuil. à soupe d'huile d'olive • 25 cl de vin blanc sec • 2 cuil. à soupe de moutarde forte • 150 g de gruyère râpé • sel, poivre

❶ Faites fondre le beurre avec l'huile dans une cocotte, mettez les râbles, faites-les dorer à feu vif en les retournant souvent, puis saupoudrez-les de farine, mélangez et arrosez de vin blanc. Ajoutez la moutarde, salez, poivrez et mélangez à nouveau. ❷ Couvrez la cocotte et laissez cuire à feu doux pendant 35 minutes. Saupoudrez de gruyère râpé et poursuivez la cuisson jusqu'à ce que le fromage soit fondu. Servez bien chaud dans la cocotte.

Notre conseil : accompagnez ce lapin de macaronis.

Râbles de lapin aux abricots

4 15 min 40 min

4 gros râbles de lapin (ou 8 petits) • 8 abricots secs • 150 g de lardons nature • 2 cuil. à soupe d'huile d'olive • sel, poivre

❶ Faites chauffer l'huile dans une cocotte, faites dorer les râbles pendant 10 minutes en les retournant souvent. ❷ Ajoutez les lardons, les abricots, salez, poivrez et arrosez avec 15 cl d'eau chaude. Couvrez et laissez cuire pendant 30 minutes.

Notre conseil : accompagnez ce plat de pâtes fraîches.

Sauté d'agneau au cumin et aux pois chiches

4 10 min 40 min

600 g d'épaule d'agneau coupée en morceaux • 2 oignons • 1 boîte de pois chiches • 1 cuil. à café de cumin en graines • 1 cuil. à café de ras-el-hanout • 1 bouquet de coriandre • 3 cuil. à soupe d'huile d'olive • sel, poivre

❶ Pelez et hachez les oignons. Faites chauffer l'huile d'olive dans une cocotte, faites-y dorer les morceaux d'agneau en les retournant pendant 5 minutes. Ajoutez les oignons, saupoudrez de ras-el-hanout, de cumin, salez, poivrez et arrosez avec 10 cl d'eau. Mélangez et laissez cuire pendant 30 minutes. ❷ Égouttez les pois chiches, versez-les dans la cocotte et poursuivez la cuisson pendant 5 minutes. Ciselez la coriandre, parsemez-en la cocotte. Servez bien chaud.

Sauté de porc aux poivrons et au basilic

4 | 15 min | 1 h 10

800 g de sauté de porc • 2 poivrons rouges • 4 gousses d'ail • 30 cl de fond de veau • 4 branches de basilic • 2 cuil. à soupe d'huile d'olive • sel, poivre

❶ Épluchez les gousses d'ail, dégermez-les, et émincez-les. Pelez les poivrons avec un couteau économe, épépinez-les et détaillez-les en lanières. Effeuillez le basilic après l'avoir lavé et séché. Faites chauffer l'huile dans une cocotte, mettez les morceaux de viande, faites-les dorer de toutes parts pendant 5 minutes en les retournant souvent, puis ajoutez les lanières de poivron, l'ail, un peu de sel et du poivre. ❷ Arrosez de fond de veau, portez à ébullition, baissez le feu, couvrez et laissez mijoter pendant 1 heure. Ciselez les feuilles de basilic, parsemez-en la viande et les légumes. Servez dans la cocotte.

Souris d'agneau au citron confit

4 15 min 2 heures

4 souris d'agneau • 2 oignons • 2 citrons confits • 4 gousses d'ail • 1 branche de romarin • 2 cm de gingembre • 3 cuil. à soupe d'huile d'olive • 4 branches de menthe • 4 branches de coriandre • sel, poivre

❶ Épluchez et émincez les oignons. Pelez et écrasez les gousses d'ail. Pelez et râpez le gingembre. Coupez les citrons confits en petits morceaux. ❷ Faites chauffer l'huile dans une cocotte, faites dorer les souris d'agneau en les retournant souvent pendant 5 minutes, puis ajoutez les oignons, l'ail, le gingembre, le citron, les herbes ciselées, salez, poivrez, arrosez avec 10 cl d'eau. Mélangez, couvrez et laissez cuire à feu doux pendant 2 heures.

Notre conseil : servez ce plat avec de la semoule.

Souris d'agneau aux tomates et au sésame

4 15 min 50 min

4 souris d'agneau • 6 tomates • 3 oignons • 2 gousses d'ail • 2 doses de safran • 2 cuil. à soupe de miel • 2 cuil. à café de cannelle • 1 cuil. à café de cumin • 2 cuil. à soupe de graines de sésame • 3 cuil. à soupe d'huile d'olive • sel, poivre

❶ Pelez et émincez l'ail et les oignons. Versez l'huile dans une cocotte, faites dorer l'ail et les oignons pendant 3 minutes, puis ajoutez les souris, laissez-les prendre couleur en les retournant souvent pendant 5 minutes. Pelez et épépinez les tomates, mettez-les dans la cocotte avec les épices, du sel et du poivre. Mélangez, couvrez et laissez cuire à feu doux pendant 45 minutes. ❷ Versez le miel, mélangez. Faites réduire un peu la sauce à feu vif si nécessaire. Parsemez de graines de sésame et servez immédiatement.

Agneau au paprika et au basilic

4 | 15 min | 1 h 10

800 g d'épaule d'agneau • 600 g de pommes de terre • 2 oignons • 1 gousse d'ail • 75 cl de bouillon de volaille • 2 cuil. à café de farine • 2 cuil. à soupe de concentré de tomates • 2 cuil. à soupe d'huile d'olive • 30 g de beurre • 1 cuil. à café de paprika • sel, poivre

❶ Coupez l'épaule en cubes. Pelez et émincez l'ail et l'oignon. Épluchez les pommes de terre, lavez-les, essuyez-les et coupez-les en deux ou quatre selon leur grosseur. Faites fondre le beurre dans une cocotte avec l'huile, faites revenir les oignons et l'ail à feu moyen en mélangeant pendant 3 minutes, ajoutez les cubes de viande. Laissez-les dorer légèrement en les retournant souvent, puis saupoudrez de farine. ❷ Mélangez, mouillez avec le bouillon, salez peu, poivrez, incorporez le concentré de tomates et le paprika. Couvrez et laissez cuire à feu doux pendant 1 heure. Versez dans le plat de service et parsemez de basilic finement ciselé.

Cocotte de souris d'agneau aux carottes

4 | 15 min | 1 h 20

4 souris d'agneau • 8 carottes • 2 tomates • 2 oignons • 2 têtes d'ail • 3 branches de romarin • 15 cl de vinaigre de vin • 2 cuil. à soupe de farine • 75 cl de bouillon de volaille • 4 cuil. à soupe d'huile d'olive • 50 g de beurre • sel, poivre

❶ Pelez et hachez les oignons. Pelez, épépinez les tomates et coupez-les en lamelles. Pelez les carottes, coupez-les en rondelles. Versez la farine dans une assiette creuse, ajoutez du sel et du poivre et mélangez. Enrobez les souris d'agneau avec ce mélange. Séparez les gousses d'ail. ❷ Faites chauffer l'huile et le beurre dans une cocotte, faites dorer les souris d'agneau sur toutes leurs faces pendant 5 minutes puis ajoutez les oignons, les gousses d'ail, le bouillon, salez, poivrez, couvrez et laissez cuire à feu doux pendant 45 minutes. ❸ Ajoutez les carottes et les tomates, prolongez la cuisson pendant 20 minutes. Versez dans le plat de service et servez très chaud.

Foie de veau à la cocotte

4 15 min 40 min

600 g de foie de veau • 8 tranches très fines de lard fumé • 1 crépine • 10 oignons grelots • 200 g d'allumettes de lard fumé • 2 cuil. à soupe d'huile d'olive • 5 cl de porto rouge • 10 cl de vin blanc sec • 40 g de beurre • 1 cuil. à soupe de farine • sel, poivre

❶ Entourez le foie de veau de tranches fines de lard fumé puis de crépine. Faites chauffer l'huile dans une cocotte, faites revenir le foie sur toutes ses faces en le retournant souvent. ❷ Pendant ce temps, pelez les oignons. Ajoutez-les ainsi que les allumettes de lard fumé. Arrosez de porto et de vin blanc, salez peu, poivrez. Couvrez et laissez cuire pendant 35 minutes. ❸ Retirez le foie, enveloppez-le d'un papier d'aluminium pour le garder au chaud. Préparez un beurre manié : travaillez le beurre avec la farine, incorporez-le par petits morceaux à la sauce en fouettant. Découpez le foie en tranches, mettez-les sur un plat, nappez de sauce.

Notre conseil : servez avec des pâtes fraîches ou de la purée de pommes de terre.

Jarret de veau aux légumes de printemps

4 15 min 55 min

4 tranches de jarret de veau • 600 g de carottes nouvelles • 1 botte de petits oignons nouveaux • 1 kg de petits pois • 8 petites pommes de terre nouvelles • 50 cl de fond de veau • 40 g de beurre • 2 branches de persil • sel, poivre

1 Écossez les petits pois. Plongez-les dans une casserole d'eau bouillante salée, laissez-les cuire pendant 5 minutes, puis égouttez-les. Pelez les carottes et coupez-les en rondelles. Épluchez les oignons, laissez-les entiers. Pelez les pommes de terre. 2 Faites fondre le beurre dans une cocotte, faites dorer les tranches de jarret sur les deux faces, ajoutez les oignons, les carottes, les petits pois, les pommes de terre, salez peu, poivrez et arrosez de fond de veau. Couvrez et laissez cuire pendant 40 minutes. Parsemez de persil ciselé avant de servir.

Lapin au cidre

4 15 min 40 min

1 lapin coupé en morceaux • 1 bouteille de cidre brut • 4 échalotes • 100 g de beurre • 4 cuil. à soupe de farine • 2 feuilles de laurier • 2 branches de thym • sel, poivre

❶ Faites fondre 50 g de beurre dans une cocotte, faites dorer les morceaux de lapin sur toutes leurs faces. Épluchez les échalotes, laissez-les entières, ajoutez-les dans la cocotte ainsi que les feuilles de laurier, les branches de thym. Salez et poivrez. Saupoudrez le lapin de deux cuillerées à soupe de farine, mélangez et arrosez de cidre. Portez à ébullition puis baissez le feu. Couvrez et laissez cuire pendant 30 minutes. ❷ Retirez les morceaux de lapin, déposez-les sur un plat de service. Travaillez le reste de beurre avec le reste de farine et incorporez-le à la sauce en fouettant. Nappez les morceaux de lapin de sauce et servez chaud.

Petites cocottes de veau aux herbes

4 | 15 min | 50 min

800 g de noix de veau • ½ botte de cerfeuil • ½ botte de persil • ½ botte d'estragon • 50 g de beurre • 10 cl de vin blanc • sel, poivre

❶ Coupez la viande en dés. Lavez, séchez et ciselez finement toutes les herbes. Faites fondre le beurre dans une grande cocotte, faites dorer les dés de viande pendant 5 minutes en les retournant régulièrement. Ajoutez les herbes, salez, poivrez et mélangez encore pour que tous les dés de veau soient bien enrobés d'herbes. ❷ Préchauffez le four à 180 °C (th. 6). Répartissez le veau dans quatre petites cocottes, arrosez de vin blanc. Enfournez et laissez cuire pendant 45 minutes.

Poulet yassa

4 | 15 min | 30 min | 1 h 10

1 poulet coupé en morceaux • 6 oignons • 3 citrons • 2 petits piments • 6 cuil. à soupe d'huile d'olive • sel, poivre

❶ Épluchez et émincez les oignons. Lavez, essuyez les piments, laissez-les entiers. Pressez les citrons, versez le jus dans une jatte, ajoutez les oignons, les piments, trois cuillerées à soupe d'huile, du sel et du poivre. Mettez les morceaux de poulet dans la marinade, retournez-les plusieurs fois pour qu'ils soient bien enrobés, couvrez la jatte de film alimentaire et laissez au frais pendant 30 minutes. ❷ Retirez les morceaux de poulet en les égouttant, déposez-les dans un plat à four et faites-les griller sous le gril du four pendant 10 minutes en les retournant. Versez la marinade dans une cocotte, mettez les morceaux de poulet, couvrez et laissez cuire à feu très doux pendant 1 heure. Ajoutez un peu d'eau en cours de cuisson si la sauce épaissit trop vite. Retirez les piments si vous en craignez le goût. Servez chaud.

Notre conseil : accompagnez ce plat de riz blanc.

Rôti de veau lardé en cocotte

4 15 min 55 min

1 kg de noix de veau bardé • 6 carottes • 12 oignons grelots • 1 bouquet garni • 1 os de veau • 1 tranche de jambon cru de 200 g • 4 cl de fine champagne • 50 cl de bouillon de bœuf • 4 cuil. à soupe d'huile d'olive • 1 bouquet de ciboulette • sel, poivre

❶ Coupez le jambon en bâtonnets. Mettez-les dans une jatte avec la ciboulette et le persil ciselés, du poivre et la fine champagne. Pelez les oignons, laissez-les entiers. Épluchez les carottes et coupez-les en tronçons. ❷ Faites chauffer l'huile dans une cocotte, mettez le rôti, faites-le dorer sur toutes ses faces pendant 5 minutes. Ajoutez les légumes, le jambon avec sa marinade, le bouquet garni et l'os de veau. Mélangez, arrosez de bouillon. Couvrez et laissez cuire à petit feu pendant 45 minutes. Retirez le bouquet garni et l'os de veau. Découpez le rôti en tranches, entourez-les de légumes, nappez de sauce.

Notre conseil : vous pouvez déguster ce plat froid, la sauce se transforme en une gelée très parfumée.

Sauté de porc aux oignons

4 | 10 min | 1 h 05

800 g d'échine de porc • 18 petits oignons grelots • 1 gousse d'ail • 4 cuil. à soupe d'huile d'olive • 1 bouquet garni • sel, poivre

❶ Coupez l'échine en cubes. Pelez les oignons, laissez-les entiers. Épluchez la gousse d'ail, émincez-la. ❷ Faites chauffer l'huile dans une cocotte, faites dorer les cubes de viande en les retournant souvent pendant 5 minutes, ajoutez les oignons, l'ail, le bouquet garni, salez, poivrez et arrosez de quatre cuillerées à soupe d'eau. Couvrez et laissez cuire à feu doux pendant 1 heure. Servez chaud.

Notre conseil : accompagnez ce porc de chou braisé ou d'une purée de pommes de terre.

Tendrons de veau aux lentilles

4 15 min 40 min

800 g de tendrons de veau • 2 carottes • 2 oignons • 300 g de lentilles vertes • 2 clous de girofle • 1 bouquet garni • 150 g de lardons fumés • 1 litre de bouillon de volaille • 30 g de beurre • sel, poivre

❶ Épluchez les oignons, piquez-les de clous de girofle. Pelez les carottes et coupez-les en rondelles. Faites fondre le beurre dans une cocotte, faites-y dorer les tendrons de veau en les retournant pendant 5 minutes, retirez-les. ❷ Mettez dans la cocotte les lardons, puis au bout de 3 minutes ajoutez les lentilles, les carottes, le bouquet garni, poivrez, mélangez, puis déposez les tendrons. Arrosez de bouillon, couvrez et laissez cuire à feu doux pendant 30 minutes. Retirez le bouquet garni et les oignons, vérifiez l'assaisonnement. Servez dans la cocotte.

Daube de bœuf à la toscane

4 | 20 min | 12 h | 2 h 30

800 g de bœuf à braiser • 8 tranches de pancetta • 6 tomates • 1 oignon • 4 gousses d'ail • 40 cl de vin rouge • 25 cl de bouillon de bœuf • 2 feuilles de laurier • 4 branches de sauge • 8 cuil. à soupe d'huile • sel, poivre du moulin

❶ Coupez le bœuf en cubes. Hachez les feuilles de sauge, mettez-les dans un saladier avec l'huile, deux cuillerées à café de poivre moulu et un peu de sel. Placez les cubes de viande dans l'huile, retournez-les plusieurs fois pour qu'ils soient bien enrobés, recouvrez le saladier de film alimentaire et laissez mariner au frais pendant 12 heures. ❷ Pelez et épépinez les tomates, écrasez-les grossièrement à la fourchette. Pelez l'ail et l'oignon, hachez-les ainsi que les tranches de pancetta. Égouttez les cubes de viande en réservant l'huile de la marinade. Versez-la dans une cocotte, faites-la chauffer et saisissez les cubes de viande à feu vif en les retournant. Baissez le feu, ajoutez la pancetta hachée, les oignons, l'ail, les tomates, le laurier, salez peu, poivrez, arrosez de vin rouge puis de bouillon. Couvrez et laissez cuire pendant 2 heures à feu doux. Retirez les feuilles de laurier avant de servir dans la cocotte.

Poulet cocotte, estragon et foies de volaille

4 20 min 1 heure

1 poulet coupé en morceaux avec les abats • 50 g de crème de foies de volaille • 4 cl de whisky • 30 cl de crème fraîche • 30 g de beurre • 2 branches d'estragon • sel, poivre

❶ Faites fondre une noisette de beurre dans une cocotte, mettez le foie et le gésier du poulet, faites-les cuire pendant 5 minutes, puis mixez-les avec la crème de foies de volaille et la crème fraîche. Réservez au frais. ❷ Mettez le reste de beurre dans la cocotte, faites dorer les morceaux de poulet sur toutes les faces, salez, poivrez, arrosez de whisky et flambez. Couvrez et laissez cuire à feu doux pendant 45 minutes. ❸ Versez la crème aux foies de volaille, mélangez, réchauffez à feu doux, vérifiez l'assaisonnement. Ciselez les feuilles d'estragon, parsemez-en le poulet.

Sauté de veau au poivron, à la tomate et au romarin

4 | 15 min | 1 h 15

800 g d'épaule de veau • 1 poivron vert • 1 poivron rouge • 4 tomates • 4 oignons • 2 branches de romarin • 1 branche de thym • 10 cl de vin blanc sec • 150 g d'olives vertes dénoyautées • 4 cuil. à soupe d'huile d'olive • sel, poivre

❶ Coupez le veau en cubes. Lavez et essuyez les poivrons et les tomates, épépinez-les et coupez-les en lamelles. Pelez et émincez les oignons. ❷ Faites chauffer l'huile dans une cocotte, faites revenir les oignons et les poivrons pendant 5 minutes, ajoutez les tomates, le veau, les olives, le thym et le romarin. Salez, poivrez, arrosez de vin blanc et couvrez. Faites cuire à feu très doux pendant 1 heure. Si le liquide s'évapore trop vite, ajoutez un peu d'eau chaude.

Notre conseil : accompagnez de pâtes fraîches.

Cocottes en plat unique

Aubergines gratinées au serrano et au manchego

4 | 15 min | 35 min

2 aubergines • 150 g de chiffonnade de jambon Serrano • 150 g de fromage manchego • 200 g de coulis de tomates nature • 4 cuil. à soupe d'huile d'olive • sel, poivre

❶ Lavez et essuyez les aubergines. Coupez-les en tranches fines. Déposez-les dans un plat à four, badigeonnez-les d'huile et faites-les cuire au four à 210 °C (th. 7) pendant 20 minutes. ❷ Coupez le fromage en fines lamelles. Répartissez les rondelles d'aubergine dans quatre petites cocottes, nappez-les de coulis de tomates, puis recouvrez de jambon et de fromage. Salez peu, poivrez, arrosez d'un peu d'huile d'olive et enfournez. Laissez cuire pendant 10 minutes, passez sous le gril pendant 3 à 5 minutes.

Notre conseil : si vous ne trouvez pas de manchego, un fromage espagnol, prenez de la tomme des Pyrénées.

Gratins de macaronis à l'échine et au parmesan

4 | 15 min | 30 min

350 g de macaronis • 400 g d'échine de porc • 2 oignons • 1 briquette de sauce tomate au naturel • 2 gousses d'ail • 100 g de parmesan râpé • 3 cuil. à soupe d'huile d'olive • 40 g de beurre • sel, poivre

❶ Coupez le porc en petits dés. Pelez et hachez les oignons et les gousses d'ail. Faites chauffer l'huile d'olive dans une poêle, faites revenir les oignons et le porc pendant 10 minutes en mélangeant régulièrement, puis ajoutez la sauce tomate et prolongez la cuisson pendant 5 minutes. ❷ Pendant ce temps, faites cuire les macaronis à l'eau bouillante salée pendant 8 minutes, égouttez-les. Beurrez quatre petites cocottes. Répartissez les macaronis dans les cocottes, recouvrez-les de hachis de viande à la tomate, saupoudrez de parmesan, parsemez de petits morceaux de beurre. Passez sous le gril pendant 5 minutes. Servez immédiatement.

Lasagnes au saumon et aux épinards

4 | 15 min | 20 min

12 plaques de lasagnes • 1 boîte de tomates pelées concassées • 200 g de saumon frais • 500 g d'épinards en branches surgelés • 10 cl de crème liquide • 200 g de mozzarella • 150 g de parmesan râpé • sel, poivre

❶ Mettez les épinards dans une passoire, laissez-les décongeler à température ambiante. Détaillez le saumon en lamelles. Préchauffez le four à 210 °C (th. 7). ❷ Coupez la mozzarella en fines lamelles. Taillez les plaques de lasagnes aux dimensions de vos petites cocottes. ❸ Versez un peu de tomates dans chacune d'elles, posez par-dessus une feuille de lasagne, des lanières de saumon, des épinards, un peu de sel et de poivre. Renouvelez l'opération jusqu'à épuisement des ingrédients. Arrosez de crème, recouvrez de lamelles de mozzarella puis de parmesan. Enfournez et laissez cuire pendant 20 minutes. Servez très chaud.

Légumes d'été, œufs pochés et tapenade

4 | 20 min | 50 min

4 œufs • 2 courgettes • 1 poivron vert • 1 poivron rouge • 1 aubergine • 1 oignon • 150 g d'amandes nature entières • 8 cuil. à soupe d'huile d'olive • 2 branches de thym • 1 petit pot de tapenade noire • sel, poivre

❶ Pelez les poivrons, épépinez-les et coupez-les en petits dés. Lavez et essuyez l'aubergine et les courgettes, détaillez-les en dés de même taille. Épluchez l'oignon, coupez-le en dés également. Versez quatre cuillerées à soupe d'huile d'olive dans une cocotte, mettez les amandes, faites-les colorer pendant 5 minutes, puis ajoutez tous les légumes et le thym, salez, poivrez, mélangez, couvrez. Laissez cuire à feu doux pendant 40 minutes en mélangeant de temps en temps. ❷ Retirez les branches de thym et laissez refroidir un peu, puis répartissez la préparation dans quatre petites cocottes préchauffées. Faites pocher les œufs dans de l'eau bouillante vinaigrée, déposez-les sur un torchon plié en quatre, puis déposez-les délicatement sur les légumes. Décorez d'un peu de tapenade.

Notre conseil : si vous êtes pressé, utilisez un bocal de ratatouille toute prête.

Les favorites des enfants

4 | 20 min | 30 min

400 g de pommes de terre • 30 cl de lait • 4 œufs • 2 tranches de jambon • 4 cuil. à soupe de crème • 50 g de fromage râpé • 40 g de beurre • sel, poivre

❶ Faites chauffer le lait. Hachez le jambon après l'avoir dégraissé. Pelez les pommes de terre, faites-les cuire à l'eau bouillante salée pendant 20 minutes, passez-les au presse-purée. Ajoutez le lait, la moitié du beurre, le jambon, du sel et du poivre. Mélangez bien. ❷ Préchauffez le four à 210 °C (th. 7) et préparez un bain-marie. Beurrez quatre petites cocottes. Répartissez la purée au jambon dedans. Cassez un œuf dans chacune, ajoutez une cuillerée à café de crème, salez modérément, saupoudrez d'un peu de fromage râpé et enfournez. Laissez cuire pendant 10 minutes. Laissez refroidir un peu avant de servir aux enfants.

Parmentier de confit de canard

4 | 10 min | 30 min

4 cuisses de canard confites • 800 g de pommes de terre • 1 gousse d'ail • 10 cl de lait • 50 g de beurre • 4 cuil. à soupe de chapelure • sel, poivre

❶ Pelez les pommes de terre et coupez-les quartiers. Faites-les cuire à l'eau bouillante salée pendant 20 minutes. Égouttez-les. Faites bouillir le lait avec la gousse d'ail. Retirez-la pressez-la pour en extraire la pulpe, mélangez-la au lait. Passez les pommes de terre au presse-purée, versez le lait, ajoutez la moitié du beurre, mélangez pour obtenir une purée homogène, salez, poivrez. Réservez. ❷ Désossez les cuisses de canard, effilochez la chair. Préchauffez le four à 180 °C (th. 6). Beurrez quatre petites cocottes. Déposez un peu de purée dans chacune, répartissez la chair de canard, puis recouvrez de purée. Saupoudrez de chapelure et disposez quelques petits morceaux de beurre. Enfournez, laissez cuire pendant 10 minutes, puis passez sous le gril pendant 5 minutes pour que la chapelure colore.

Notre conseil : remplacez le confit de canard par du bœuf cuit ou encore du cabillaud ou du haddock.

Petites cocottes de fondue au fromage

4 | 15 min | 15 min

200 g de beaufort • 200 g de comté • 1 gousse d'ail • 50 cl de vin blanc sec • 1 baguette de pain • poivre du moulin

❶ Préchauffez le four à 180 °C (th. 6). Coupez les fromages en très petits dés, répartissez-les dans quatre petites cocottes. Pelez et écrasez la gousse d'ail au-dessus d'une casserole. Versez le vin dans la casserole, portez à ébullition. Versez le vin bouillant dans les cocottes sur le fromage, couvrez. ❷ Enfournez et laissez fondre le fromage pendant 10 à 15 minutes. Pendant ce temps, coupez le pain en petits cubes. Retirez les cocottes du four, donnez un tour de moulin à poivre et servez immédiatement avec le pain.

Notre conseil : vous pouvez remplacer le pain par des légumes, carottes, fenouil, endives, chou-fleur cru, céleri taillés en bâtonnets.

Petites cocottes de poireaux, crème et jambon

4 | 10 min | 30 min

8 petits poireaux • 400 g d'allumettes de jambon • 25 cl de crème • 75 g de fromage râpé • sel, poivre

❶ Épluchez et lavez soigneusement les poireaux, coupez-les en julienne. Faites-les cuire pendant 20 minutes dans de l'eau bouillante salée, puis égouttez-les à fond. ❷ Versez un peu de crème dans quatre petites cocottes, répartissez les poireaux et les allumettes de jambon, recouvrez avec le reste de crème, poivrez et saupoudrez de gruyère râpé. Enfournez, laissez cuire pendant 5 minutes, puis passez sous le gril pendant 5 minutes pour que le fromage dore.

Notre conseil : remplacez les poireaux par des endives.

Petites cocottes de pommes de terre soufflées au jambon

4 | 10 min | 20 min

400 g de purée de pommes de terre • 4 œufs • 400 g de chutes de jambon • 20 g de beurre • 1 bouquet de persil plat • sel, poivre, noix de muscade râpée

1 Préchauffez le four à 180 °C (th. 6). Beurrez quatre petites cocottes. 2 Mixez le jambon et le persil. Mélangez à la purée. Cassez les œufs en séparant les blancs des jaunes. Ajoutez les jaunes à la préparation ainsi qu'un peu de sel, de poivre et de noix de muscade. Montez les blancs d'œufs en neige ferme avec une pincée de sel, incorporez-les. Versez dans les cocottes et enfournez. Laissez cuire pendant 20 minutes.

Petites cocottes de tartiflette

4 | 20 min | 50 min

1 reblochon • 800 g de pommes de terre • 200 g de lardons fumés • 2 oignons • 1 gousse d'ail • 10 cl de crème liquide • 10 cl de vin blanc sec • sel, poivre, noix de muscade

❶ Faites cuire les pommes de terre avec leur peau à l'eau bouillante pendant 20 minutes, pelez-les et coupez-les en petits dés. Versez la crème et le vin dans une casserole. Pelez les oignons, hachez-les, ajoutez-les, salez peu et poivrez. Portez à ébullition et laissez réduire à feu vif pendant 5 minutes. ❷ Préchauffez le four à 180 °C (th. 6). Écroûtez le reblochon, coupez-le en lamelles. Épluchez l'ail, frottez-en les cocottes. Disposez dans chacune d'elles des dés de pommes de terre, de la noix de muscade, des lardons, des lamelles de fromage jusqu'à épuisement des ingrédients. Arrosez de vin blanc chaud. Couvrez et enfournez. Laissez cuire pendant 30 minutes.

Petites cocottes express de lentilles au porc

4 | 15 min | 15 min

1 boîte de lentilles au naturel • 600 g d'échine de porc • 100 g de lardons fumés • 20 cl de crème fraîche • 2 cuil. à soupe d'huile d'olive • 4 branches de persil • sel, poivre

❶ Égouttez les lentilles. Coupez l'échine de porc en bâtonnets. Faites chauffer l'huile dans une poêle, faites cuire les bâtonnets d'échine pendant 10 minutes en les retournant régulièrement. Faites dorer les lardons à sec dans une sauteuse pendant 5 minutes, ajoutez les lentilles et la crème. Mélangez, salez très peu, poivrez. ❷ Répartissez les lentilles aux lardons dans quatre petites cocottes préchauffées, déposez dessus quelques bâtonnets de porc, parsemez de feuilles de persil ciselées. Couvrez et servez immédiatement.

Poêlée de légumes au confit de canard

4 5 min 15 min

4 cuisses de confit de canard • 800 g de poêlée à la paysanne surgelée • 10 cl de fond de volaille

❶ Égouttez les cuisses de canard, mettez-les dans un plat à four et passez-les sous le gril pendant 5 minutes. Réservez. ❷ Préchauffez le four à 210 °C (th. 7). Graissez quatre petites cocottes avec de la graisse de canard, répartissez la poêlée de légumes, arrosez d'un peu de fond de volaille, déposez une cuisse de canard grillée et couvrez. Enfournez et laissez cuire pendant 10 minutes.

Pommes grenaille au chorizo

4 | 15 min | 25 min

600 g de pommes de terre grenailles • 200 g de chorizo • 2 gousses d'ail • 2 cuil. à soupe d'huile d'olive • 4 pincées de piment d'Espelette • sel, poivre

❶ Lavez et essuyez les pommes de terre. Pelez les gousses d'ail, émincez-les. Coupez le chorizo en dés. ❷ Faites cuire les pommes de terre pendant 15 minutes dans de l'eau bouillante. Versez l'huile dans une cocotte, faites dorer les dés de chorizo et les pommes de terre avec l'ail pendant 5 minutes en mélangeant. Salez peu, parsemez d'un peu de piment d'Espelette. Répartissez dans quatre petites cocottes, couvrez-les et servez chaud.

Notre conseil : accompagnez d'œufs brouillés ou d'une omelette.

Cocottes de légumes

Carottes à l'anis

4 | 10 min | 15 min

800 g de carottes • 2 cuil. à soupe d'huile d'olive • 4 étoiles d'anis • 10 cl de crème • sel, poivre

❶ Pelez les carottes et coupez-les en fines rondelles. ❷ Préchauffez le four à 180 °C (th. 6). Versez une cuillerée à soupe d'huile dans quatre petites cocottes, répartissez les carottes et les étoiles d'anis, salez, poivrez, ajoutez une cuillerée à soupe d'eau, mélangez. Couvrez et enfournez. Laissez cuire pendant environ 15 minutes. Ajoutez une cuillerée de crème dans les cocottes au moment de servir.

Chou rouge, pommes, lardons et genièvre

4 | 15 min | 40 min

1 chou rouge • 1 pomme • 200 g d'allumettes de lardons fumés • 1 oignon • 2 cuil. à soupe de cassonade • 10 cl de bouillon de volaille • 10 cl de vin blanc sec • 2 cuil. à soupe d'huile • 8 baies de genièvre • sel, poivre

❶ Lavez le chou et râpez-le. Pelez l'oignon, émincez-le. Épluchez et râpez la pomme. Faites chauffer l'huile dans une cocotte, mettez les oignons et la pomme, salez, poivrez. Faites revenir en mélangeant pendant 5 minutes puis saupoudrez-la de cassonade. Arrosez de vin blanc et de bouillon, mélangez, ajoutez le chou, les baies de genièvre et les lardons, mélangez encore. ❷ Préchauffez le four à 180 °C (th. 6). Répartissez dans quatre petites cocottes, couvrez-les et enfournez-les. Laissez cuire pendant 30 minutes. Servez bien chaud.

Courgettes persillées

4 5 min 15 min

800 g de courgettes • 3 gousses d'ail • ½ bouquet de persil plat • 4 cuil. à soupe d'huile d'olive • sel, poivre

❶ Lavez et essuyez les courgettes et coupez-les en tranches très fines, si possible avec une mandoline. Préchauffez le four à 180 °C (th. 6). Pelez les gousses d'ail, écrasez-les au presse-ail, mélangez-les à l'huile d'olive. Versez l'huile parfumée dans quatre petites cocottes, ajoutez les rondelles de courgette, salez, poivrez, mélangez, couvrez et enfournez. ❷ Faites cuire pendant 15 minutes environ. Vérifiez la cuisson des courgettes qui doivent rester fermes. Ciselez finement les feuilles de persil, parsemez-en les cocottes. Servez chaud ou tiède.

Fenouil au citron et à l'huile d'olive

4 | 10 min | 20 min

2 gros bulbes de fenouil • 2 citrons • 4 cuil. à soupe d'huile d'olive • sel, poivre

❶ Pressez les citrons. Lavez et essuyez les bulbes de fenouil, émincez-les très finement. ❷ Versez l'huile d'olive dans une cocotte, faites-la chauffer et mettez l'émincé de fenouil. Salez, poivrez, arrosez de jus de citron, mélangez bien. Laissez cuire à feu moyen en mélangeant souvent pendant 15 minutes. Répartissez l'émincé dans quatre petites cocotte préchauffées.

Flans aux champignons

4 | 15 min | 20 min

400 g de champignons de Paris • 4 œufs • 2 échalotes • 20 cl de crème fraîche • 40 g de beurre • 2 branches de persil • sel, poivre

❶ Lavez et essuyez les champignons, émincez-les. Pelez et émincez les échalotes. Faites fondre la moitié du beurre dans une poêle, faites revenir les champignons et les échalotes à feu doux pendant 5 minutes en mélangeant. ❷ Préchauffez le four à 210 °C (th. 7). Beurrez quatre petites cocottes. Battez les œufs dans une jatte avec la crème, du sel, du poivre et les feuilles de persil ciselées, incorporez les champignons et les échalotes. Répartissez la préparation dans les cocottes. Enfournez et laissez cuire pendant 15 minutes. Surveillez la cuisson. Le flan doit être solide. Couvrez et servez chaud.

Gratins de crozets

4 | 20 min | 30 min

240 g de crozets (pâtes au sarrasin de Savoie) • 2 oignons • 200 g de lardons fumés • 200 g de tomme de Savoie • 20 cl de crème liquide • 2 cuil. à soupe d'huile • sel, poivre

❶ Épluchez et émincez les oignons. Faites chauffer l'huile dans une casserole, faites revenir les oignons et les lardons pendant 10 minutes. Pendant ce temps, faites cuire les crozets pendant 10 minutes à l'eau bouillante salée, égouttez-les, versez-les dans une jatte, ajoutez la crème, les oignons et les lardons, poivrez. ❷ Préchauffez le four à 210 °C (th. 7). Ôtez la croûte de la tomme, puis détaillez-la en fines tranches. Répartissez les pâtes dans quatre petites cocottes, recouvrez de lamelles de tomme en enfournez. Faites cuire pendant encore 5 minutes, puis passez sous le gril pendant 5 minutes. Servez très chaud.

Gratins de pommes de terre, champignons et épinards au cantal

4 | 20 min | 30 min

600 g de pommes de terre • 400 g d'épinards • 200 g de champignons blancs • 1 œuf • 300 g de cantal doux • 20 cl de crème fraîche • 40 g de beurre • sel, poivre, noix de muscade

❶ Épluchez les épinards, lavez-les, épongez-les dans un torchon et faites-les revenir dans une noisette de beurre pendant 5 minutes, salez, poivrez. Réservez. Pelez les pommes de terre, lavez-les, essuyez-les et coupez-les en fines rondelles. Faites-les cuire à l'eau bouillante salée pendant 15 minutes, égouttez-les. Lavez et séchez les champignons, émincez-les, faites-les revenir dans une noisette de beurre pendant 10 minutes. Coupez le cantal en lamelles. ❷ Préchauffez le four à 210 °C (th. 7). Beurrez quatre petites cocottes. Déposez une couche de rondelles de pommes de terre, ajoutez un peu de poivre et de noix de muscade râpée, puis une couche d'épinards et une couche de champignons. Terminez par une couche de pommes de terre. ❸ Battez l'œuf avec la crème, un peu de sel et de poivre. Répartissez dans les cocottes, recouvrez de lamelles de cantal et enfournez. Laissez cuire pendant 10 minutes, puis passez sous le gril pendant 5 minutes pour que le fromage dore. Servez bien chaud.

Notre conseil : pour un plat plus consistant, ajoutez des dés d'épaule.

Mini cocottes de pommes de terre à la dauphinoise

4 | 15 min | 45 min

800 g de pommes de terre • 30 cl de lait • 2 gousses d'ail • 100 g de fromage râpé • 40 g de beurre • sel, poivre, noix de muscade râpée

❶ Préchauffez le four à 180 °C (th. 6). Pelez les gousses d'ail, écrasez-les au presse-ail. Beurrez généreusement quatre petites cocottes. Pelez et lavez les pommes de terre, essuyez-les et coupez-les en rondelles fines. Mettez-les dans une jatte, ajoutez l'ail écrasé, du sel, du poivre, un peu de noix de muscade et les trois quarts de fromage râpé. ❷ Répartissez la préparation dans les cocottes, arrosez de lait, recouvrez avec le reste de fromage râpé, parsemez de petits morceaux de beurre et enfournez. Laissez cuire pendant 45 minutes.

Mini tajines de légumes aux épices

4 | 20 min | 50 min

1 aubergine • 2 courgettes • 2 tomates • 2 oignons • 2 carottes • 1 bulbe de fenouil • 2 citrons confits • 4 fonds d'artichaut • 2 cuil. à café de sucre en poudre • 1 cuil. à café de cumin en poudre • 1 cuil. à café de cannelle en poudre • 1 cuil. à café de gingembre en poudre • 1 cuil. à café de graines de coriandre • ½ cuil. à café de piment de Cayenne • 30 cl de bouillon de légumes • 2 cuil. à soupe d'huile d'olive • 4 branches de coriandre • sel, poivre

❶ Lavez les courgettes, l'aubergine et le fenouil, détaillez-les en petits morceaux. Pelez et épépinez les tomates, coupez-les en dés, pelez et émincez les oignons. Pelez les carottes, coupez-les en gros bâtonnets. Coupez les fonds d'artichaut en quatre. Coupez les citrons confits en petits dés. Mélangez dans un bol toutes les épices avec du sel, du poivre et le sucre. ❷ Faites chauffer l'huile d'olive dans une sauteuse, faites revenir les légumes pendant 5 minutes, puis répartissez-les dans quatre petits plats à tajine. Parsemez d'épices, de dés de citron confit, arrosez de bouillon, couvrez et enfournez. Laissez cuire pendant 40 minutes. Parsemez de feuilles de coriandre ciselées avant de servir.

Petites cocottes de légumes nouveaux au cerfeuil

4 | 30 min | 30 min

4 petites carottes nouvelles • 4 petits navets nouveaux • 4 petites pommes de terres nouvelles • 1 botte d'asperges vertes • 12 petits oignons grelots • 2 cuil. à soupe de sucre en poudre • 60 g de beurre demi-sel • 4 branches de cerfeuil • sel, poivre du moulin

❶ Pelez les légumes. Dans une sauteuse avec couvercle, mettez les carottes, les navets, les pommes de terre et les oignons, le sucre et 40 g de beurre. Salez et poivrez. Mélangez et ajoutez un peu d'eau pour recouvrir les légumes. Faites cuire à couvert pendant 10 à 15 minutes : les légumes doivent être tendres et l'eau évaporée. Retirez les légumes et réservez-les. ❷ Faites bouillir de l'eau salée dans une casserole, plongez les asperges et faites-les cuire pendant 5 minutes, égouttez-les. Préchauffez le four à 150 °C (th. 5). ❸ Répartissez tous les légumes dans quatre petites cocottes, ajoutez quelques petits morceaux de beurre, couvrez et réchauffez pendant 5 minutes. Donnez un tour de moulin à poivre et saupoudrez de cerfeuil ciselé.

Petites cocottes de lentilles au curry

4 | 15 min | 40 min

200 g de lentilles vertes • 200 g de lentilles corail • 2 carottes • 1 oignon • 1 gousse d'ail • 4 clous de girofle • 1 litre de bouillon de volaille • 1 feuille de laurier • 1 cuil. à soupe de curry • 10 cl de crème fraîche • ½ bouquet de coriandre • sel, poivre

❶ Pelez les carottes et coupez-les en rondelles. Épluchez l'oignon et piquez-le de clous de girofle. Épluchez et émincez la gousse d'ail. Mettez les lentilles dans une cocotte, ajoutez les carottes, l'oignon, le laurier et le bouillon. Couvrez et laissez cuire à feu doux pendant 40 minutes. ❷ Égouttez les lentilles, retirez la feuille de laurier et l'oignon. Incorporez la crème, le curry, du sel et du poivre, mélangez bien et versez dans quatre petites cocottes préalablement chauffées. Parsemez de feuilles de coriandre et servez bien chaud.

Petites cocottes de poireaux au reblochon

4 | 15 min | 30 min

4 beaux poireaux • 12 tranches de bacon • 2 jaunes d'œufs • 1 reblochon • 20 cl de crème • sel, poivre

❶ Épluchez les poireaux, lavez-les et coupez-les en julienne. Faites-les cuire pendant 15 minutes à l'eau bouillante salée, puis égouttez-les à fond dans une passoire. ❷ Préchauffez le four à 180 °C (th. 6). Battez les jaunes d'œufs avec la crème, du sel et du poivre. Ajoutez les poireaux égouttés. Répartissez dans quatre petites cocottes. Détaillez les tranches de bacon en lanières, garnissez-en les cocottes. Écroûtez le reblochon, coupez-le en lamelles, mettez-les dans les cocottes. Faites cuire pendant 15 minutes. Le fromage doit être fondu et doré. Servez immédiatement.

Cocottes de fenouil et de tomates

4 | 10 min | 35 min

4 bulbes de fenouil • 6 tomates • 2 oignons • 2 gousses d'ail • 3 cuil. à soupe d'huile d'olive • 10 cl de vin blanc • sel, poivre

❶ Épluchez les oignons et les gousses d'ail et hachez-les finement. Pelez les tomates après les avoir ébouillantées, épépinez-les et coupez-les en quartiers. Retirez les feuilles abîmées des bulbes de fenouil, émincez-les. ❷ Faites chauffer l'huile dans une cocotte, faites revenir l'ail et l'oignon pendant 3 minutes en mélangeant, puis ajoutez les légumes et le vin blanc. Salez, poivrez et laissez mijoter pendant 3 minutes. Vérifiez l'assaisonnement, répartissez dans quatre mini cocottes et servez chaud.

Mini cocottes de pommes de terre au fromage

4 15 min 20 min

800 g de pommes de terre à gratin • 150 g de gruyère râpé • 80 g de beurre • sel, poivre, noix de muscade

❶ Pelez les pommes de terre, lavez-les, essuyez-les et coupez-les en tranches fines. Beurrez quatre petites cocottes. Préchauffez le four à 180 °C (th. 6). Déposez dans chacune quelques tranches de pomme de terre, saupoudrez de gruyère râpé, parsemez de petits pois de beurre, salez peu, poivrez et ajoutez un peu de noix de muscade râpée, et renouvelez l'opération jusqu'à épuisement des ingrédients. ❷ Arrosez d'un peu d'eau pour que les pommes de terre soient couvertes et couvrez. Enfournez et laissez cuire pendant 20 minutes environ. Vérifiez la cuisson en plantant la lame d'un couteau au centre d'une cocotte. Si le liquide n'est pas évaporé, découvrez les cocottes et prolongez la cuisson de quelques minutes. Servez bien chaud.

Endives en cocottes au cantal

4 15 min 20 min

1 kg d'endives • 4 échalotes • ½ citron • 100 g de cantal râpé • 10 cl de crème fraîche épaisse • 30 g de beurre • 1 cuil. à café de sucre • 1 branche de thym • sel, poivre

❶ Pelez et hachez les échalotes. Pressez le demi-citron. Retirez les feuilles flétries des endives et le petit cône qui se trouve à leur base. Coupez les endives en lamelles. ❷ Faites fondre le beurre dans une cocotte, faites fondre les échalotes en mélangeant pendant 3 minutes, puis déposez les endives. Salez, poivrez, parsemez de thym effeuillé et de sucre. Mélangez, couvrez et laissez cuire pendant 15 minutes à feu doux. Ajoutez la crème et le cantal, mélangez, couvrez et prolongez la cuisson de 5 minutes pour que le fromage fonde. Servez très chaud.

Cocottes sucrées

Abricots en mini cocottes aux amandes et aux pignons

4 | 15 min | 45 min

1 kg d'abricots • 60 g d'amandes en poudre • 4 cuil. à soupe de pignons de pin • 100 g de beurre + 20 g pour les cocottes • 60 g de farine • 60 g de sucre • sel

❶ Préchauffez le four à 180 °C (th. 6). Beurrez quatre petites cocottes. Ouvrez les abricots, dénoyautez-les et coupez-les en lamelles. Répartissez-les dans les cocottes. ❷ Versez dans un saladier la farine, le sucre, une pincée de sel, les amandes en poudre, les pignons et le reste de beurre. Malaxez pour obtenir une pâte sableuse. Déposez-la sur les abricots. Enfournez et laissez cuire pendant 45 minutes. Laissez tiédir avant de servir.

Chaud froid de figues au vin doux

4 | 10 min | 15 min

8 belles figues violettes • 4 cuil. à soupe de muscat • 4 cuil. à soupe de cassonade • 4 boules de glace au pain d'épices

❶ Préchauffez le four à 210 °C (th. 7). Lavez les figues, essuyez-les, coupez chaque figue en quatre. Répartissez les quartiers de figue dans quatre petites cocottes, arrosez-les de muscat. Enfournez et laissez cuire pendant 10 minutes. ❷ Sortez-les du four, saupoudrez-les de cassonade et passez sous le gril pendant 5 minutes. Déposez une boule de glace sur les fruits et servez immédiatement.

Clafoutis aux mirabelles

4 | 10 min | 30 min

400 g de mirabelles • 2 œufs • 180 g de sucre • 1 sachet de sucre vanillé • 40 g de sucre cristallisé • 20 cl de lait • 60 g de farine • 50 g de beurre + 20 g pour les cocottes • 2 cuil. à soupe de crème • sel

❶ Beurrez quatre petites cocottes. Lavez et essuyez les mirabelles, répartissez-les au fond des cocottes. Fouettez les œufs entiers avec le sucre en poudre et le sucre vanillé, puis incorporez la farine. ❷ Préchauffez le four à 180 °C (th. 6). Faites fondre le beurre dans une casserole sans le laisser brunir. Ajoutez à la pâte le beurre fondu, puis le lait et enfin la crème. Versez sur les mirabelles. Enfournez et laissez cuire pendant 25 minutes. Sortez les cocottes du four, saupoudrez-les de sucre cristallisé et passez sous le gril pendant 5 minutes. Laissez tiédir avant de servir.

Notre conseil : vous pouvez remplacer les mirabelles par des cerises ou même des abricots coupés en lamelles.

Crumbles de rhubarbe aux noisettes en cocottes

4 | 20 min | 20 min

800 g de rhubarbe • 50 g de sucre en poudre • 80 g de beurre • 80 g de noisettes concassées • 80 g de farine • 80 g de cassonade • sel

❶ Sortez le beurre à l'avance du réfrigérateur. Pelez les tiges de rhubarbe, coupez-les en tronçons, mettez-les dans une grande casserole avec le sucre et 10 cl d'eau. Couvrez et faites cuire à feu très doux pendant 15 minutes. ❷ Préchauffez le four à 180 °C (th. 6). Mettez dans une jatte les noisettes, la farine, la cassonade et une pincée de sel. Incorporez le beurre en travaillant du bout des doigts pour obtenir une pâte sableuse. Répartissez la compote de rhubarbe dans quatre mini cocottes et recouvrez de pâte à crumble. Enfournez et laissez cuire pendant 20 minutes. Laissez tiédir avant de servir.

Notre conseil : ajoutez à la rhubarbe des fraises, ou remplacez-la par des pommes et des framboises.

Fruits rouges, sabayon au champagne

4 | 20 min | 10 min

300 g de fraises mara des bois • 300 g de framboises • 4 jaunes d'œufs • 60 g de sucre • 10 cl de champagne brut

❶ Lavez rapidement les fraises, épongez-les délicatement, coupez-les en deux ou quatre si elles sont grosses. Déposez-les dans quatre petites cocottes en les intercalant avec des framboises. ❷ Mettez les jaunes d'œufs dans une casserole, fouettez-les avec le sucre, puis placez-la au bain-marie et versez le champagne peu à peu en continuant de fouetter sur feu vif pour obtenir une crème mousseuse. Versez sur les fruits. Passez sous le gril pendant 5 minutes. Laissez tiédir avant de servir.

Mini cocottes de poires aux amandes

4 | 20 min | 50 min

4 poires rondes • 2 œufs • 80 g de sucre en poudre • 50 g de sucre glace • 80 g d'amandes en poudre • 1 cuil. à soupe de cannelle • 20 g de beurre • 2 cuil. à soupe d'amandes effilées • 1 citron • 20 cl de crème épaisse • sel

❶ Préparez un sirop en délayant dans une casserole à haut bord le sucre avec 75 cl d'eau, ajoutez la cannelle et portez à ébullition. Pressez le citron. Pelez les poires en les laissant entières, coupez une petite tranche de pulpe à la base pour que les poires soient stables. Plongez-les dans le sirop et laissez-les cuire pendant 20 minutes. Laissez refroidir. ❷ Pendant ce temps, cassez les œufs en séparant les blancs des jaunes. Fouettez les jaunes avec la crème et le sucre glace, puis ajoutez les amandes en poudre. Battez les blancs d'œufs en neige ferme avec une pincée de sel, incorporez-les à la crème. ❸ Préchauffez le four à 210 °C (th. 7). Beurrez quatre petites cocottes. Répartissez la crème dans les cocottes, déposez une poire au centre et enfournez. Laissez cuire pendant 20 minutes. Faites griller les amandes à sec dans une poêle, parsemez-en les poires. Servez chaud ou tiède.

Notre conseil : accompagnez ce dessert de confiture de fruits rouges ou d'abricots légèrement liquéfiée.

Petites cocottes de fruits aux épices

4 | 10 min | 20 min

4 poires • 4 pêches • 4 fraises • 12 framboises • 20 cl de vin blanc doux • 1 cuil. à café de cannelle • 1 cuil. à café de gingembre en poudre • 1 cuil. à café de vanille en poudre • 2 clous de girofle • 2 étoiles de badiane

❶ Versez le vin dans une casserole avec les épices, mélangez et portez à ébullition. Lavez et équeutez les fraises, coupez-les en deux si elles sont grosses. Pelez les poires et les pêches, coupez-les en morceaux, disposez-les dans quatre petites cocottes, ajoutez les framboises et les fraises. ❷ Préchauffez le four à 180 °C (th. 6). Arrosez les fruits de vin aux épices, couvrez, enfournez et laissez cuire pendant 15 minutes. Laissez tiédir avant de déguster.

Petites cocottes de pain perdu aux amandes et framboises

4 | 15 min | 15 min

4 tranches épaisses de pain brioché • 1 œuf • 100 g d'amandes en poudre • 10 cl de lait • 100 g de sucre • 100 g de beurre • 150 g de framboises

❶ Battez l'œuf avec le lait et une cuillerée à soupe de sucre dans une assiette creuse. Faites fondre la moitié du beurre dans une poêle. Trempez les tranches de pain brioché dans le mélange œuf-lait sucré, faites-les dorer dans la poêle pendant 5 minutes en les retournant. ❷ Préchauffez le four à 210 °C (th. 7). Mettez une tranche de pain brioché dans quatre petites cocottes. Malaxez le reste du beurre avec le reste de sucre et la poudre d'amandes. Tartinez les tranches de pain avec cette préparation. Disposez quelques framboises. Enfournez et laissez dorer pendant 10 minutes. Laissez tiédir avant de déguster.

Petites cocottes de pommes soufflées

4 | 20 min | 55 min

4 œufs • 4 pommes reinettes • 100 g de sucre • 1 sachet de sucre vanillé • 2 cuil. à café de cannelle • sel

❶ Épluchez les pommes, coupez-les en morceaux et faites-les cuire pendant 20 minutes dans une casserole avec le sucre vanillé et deux cuillerées à soupe d'eau. Laissez-les refroidir et mixez-les en compote. ❷ Préchauffez le four à 210 °C (th. 7). Beurrez quatre petites cocottes. Cassez les œufs en séparant les blancs des jaunes. Fouettez les jaunes avec le sucre dans un saladier jusqu'à ce que le mélange mousse, ajoutez la cannelle, puis la compote de pommes en mélangeant bien. Battez les blancs d'œufs en neige ferme avec une pincée de sel et incorporez-les délicatement à la préparation. Versez la pâte dans les cocottes, enfournez et laissez cuire pendant 30 minutes. Servez immédiatement.

Petites cocottes fondantes au chocolat

4 | 15 min | 15 min

200 g de chocolat noir • 3 œufs • 40 g de beurre • 80 g de sucre • 30 g de farine • sel

❶ Versez la farine, le sucre et une pincée de sel dans une jatte. Ajoutez les œufs entiers et fouettez. Cassez le chocolat en morceaux, gardez-en quatre carrés. Faites fondre le reste au micro-ondes ou au bain-marie avec le beurre. Mélangez les deux préparations. ❷ Préchauffez le four à 180 °C (th. 6). Beurrez légèrement quatre petites cocottes. Versez dans chacune d'elles un peu de pâte, déposez un carré de chocolat et recouvrez avec le reste de pâte. Enfournez et laissez cuire pendant 10 minutes. Servez dans les cocottes.

Pommes à la crème d'amandes

4 | 10 min | 20 min

3 pommes reinettes • 3 œufs • 100 g d'amandes en poudre • 2 sachets de sucre vanillé • 20 cl de crème liquide • 20 g de beurre • 1 citron

❶ Préchauffez le four à 180 °C (th. 6). Beurrez quatre petites cocottes. ❷ Pressez le citron. Épluchez les pommes, coupez-les en petits dés, citronnez-les pour qu'elles ne noircissent pas et répartissez-les dans les cocottes. Battez les œufs en omelette dans une jatte, ajoutez le sucre vanillé, les amandes en poudre, une pincée de sel et la crème liquide. Mélangez bien et versez sur les pommes. Enfournez et laissez cuire pendant 20 minutes. Laissez tiédir avant de servir.

Pommes, figues et graines de sésame

4 | 10 min | 20 min

4 figues • 2 pommes reinettes • 1 citron non traité • 40 g de beurre • 1 cuil. à café de sucre • 2 cuil. à soupe de graines de sésame

❶ Épluchez les pommes et coupez-les en petits morceaux. Lavez et essuyez les figues, coupez-les en quatre. Râpez le zeste du citron, pressez le fruit. ❷ Beurrez quatre petites cocottes, répartissez les fruits en les saupoudrant de sucre et de zeste de citron, arrosez de jus de citron, mettez quelques noisettes de beurre, couvrez et enfournez. Faites cuire pendant 20 minutes. Laissez tiédir. Faites griller les graines de sésame à sec dans une poêle. Parsemez-en les cocottes avant de servir.

Pommes, raisins et brioche à la cannelle

4 5 min 25 min

4 grosses pommes reinettes • 1 citron • 4 cuil. à soupe de sucre • 4 cuil. à soupe de raisins secs • 4 cuil. à café de cannelle • 2 cuil. à soupe d'eau de fleur d'oranger • 80 g de beurre • 4 tranches de pain brioché

❶ Faites tremper les raisins secs dans de l'eau chaude. Mélangez le sucre et la cannelle dans un bol. Beurrez quatre petites cocottes. Coupez les tranches de pain en dés. Pressez le citron. Épluchez les pommes, coupez-les en lamelles et citronnez-les. ❷ Préchauffez le four à 180 °C (th. 6). Disposez dans chaque cocotte quelques dés de pain, un petit pois de beurre, des lamelles de pomme, quelques raisins égouttés, un peu de sucre à la cannelle et continuez par couches jusqu'à épuisement des ingrédients. Arrosez d'un peu d'eau de fleur d'oranger. Couvrez et faites cuire au four pendant 20 minutes. Laissez tiédir avant de déguster.

Notre conseil : faites tremper les raisins dans du calvados si vous voulez un dessert plus corsé.

Cocottes de poires au vin blanc

4 | 10 min | 35 min

4 poires mûres • 4 tranches de pain d'épices • 10 cl de vin blanc • 4 cuil. à soupe de miel liquide • 1 citron • 50 g de beurre

❶ Pressez le citron. Mixez le pain d'épices pour obtenir une grosse chapelure. Pelez les poires, coupez-les en quartiers, citronnez-les. ❷ Faites fondre le beurre dans une cocotte, faites dorer les quartiers de poire à feu vif pendant 5 minutes en les retournant souvent. Arrosez de miel, de pain d'épices et de vin blanc, mélangez, couvrez. Laissez cuire pendant 30 minutes à feu doux. Mettez quatre quartiers de poire et du jus de cuisson dans quatre petites cocottes. Servez tiède.

Table of Contents

- Cocottes d’entrées chaudes
  - Cappuccino de bisque de homard, lotte et aneth
  - Cappuccino de potiron aux marrons
  - Cocottes d’escargots, crème, champignons, tomates
  - Consommé au poulet et aux morilles
  - Crème de céleri, magret de canard et curry
  - Crème de pois cassés à la Morteau
  - Petits gratins d’asperges au parmesan
  - Mini cocottes de soupe gratinée à l’oignon et au comté
- Œufs cocotte
  - Œufs brouillés à l’estragon et aux crevettes
  - Œufs cocotte à la bourguignonne
  - Œufs cocotte au céleri
  - Œufs cocotte au foie gras
  - Œufs cocotte aux asperges et à la crème
  - Œufs cocotte aux fromages et au cumin
  - Œufs cocotte, champignons et beurre d’escargots
  - Œufs cocotte, chèvre frais et menthe
  - Œufs cocotte, coppa et crème de parmesan
  - Œufs cocotte, coppa, tomates séchées et basilic
  - Œufs cocotte, crème de bacon, herbes et mouillettes à la tomate
  - Œufs cocotte, crevettes et champignons à la crème

Œufs cocotte, épinards et saumon fumé
Œufs cocotte, girolles et foies de volaille
Œufs cocotte, jambon et oseille
Œufs cocotte, jambon, fromage et ciboulette
Œufs cocotte, mozzarella, tomates séchées et origan
Œufs cocotte, pistou et croûtons aillés
Œufs cocotte, pommes de terre et poivron rouge
Œufs cocotte, tomates, poivrons et chorizo
Cocottes de poisson
Cabillaud, pommes de terre et chorizo
Calamars à l’orange et au fenouil
Choucroute de poisson
Cocotte de daurade au curry
Cocotte de lotte à l’aïoli
Crevettes aux poivrons
Effiloché de haddock à la crème et au chou vert
Églefin à la provençale
Lotte, agrumes, épices et coco
Matelote de thon aux lardons
Mini cocottes de sardines, ail, thym et tomates
Moules à la crème et au curry
Noix de Saint-Jacques à la fondue de poireaux
Petites cocottes de poissons au safran et au pastis
Petites cocottes de poissons aux petits légumes
Pot-au-feu de la mer au paprika
Cocottes de viande ou de volaille
Agneau, citron et gingembre

Agneau, tomates, olives et basilic
Ailerons de poulet au miel
Cocotte de poulet aux légumes de printemps
Cocotte de poulet, champignons et olives
Coquelets en cocotte aux deux pommes
Crumble de confit de canard
Cuisses de canard aux pruneaux et aux amandes
Émincé de porc au caramel
Faisan en cocotte
Filet de porc au romarin et à l'orange
Fricassée de lapin au genièvre
Jarret de veau à l'orange
Lapin au citron, pommes de terre et poivron rouge
Mini tajines d'agneau aux pruneaux et aux amandes
Mini tajines de poulet au citron confit, courgettes et pommes de terre
Paupiettes au bacon, aux oignons et aux poireaux
Petites cocottes de canard et de pommes confits à l'ail
Petites cocottes de poulet aux amandes
Pintade, pommes grenaille, champignons et sauge
Porc à l'ananas
Porc aux oignons confits
Poulet confit
Poulet en capilotade
Râbles de lapin au fromage et à la moutarde
Râbles de lapin aux abricots

Sauté d’agneau au cumin et aux pois chiches
Sauté de porc aux poivrons et au basilic
Souris d’agneau au citron confit
Souris d’agneau aux tomates et au sésame
Agneau au paprika et au basilic
Cocotte de souris d’agneau aux carottes
Foie de veau à la cocotte
Jarret de veau aux légumes de printemps
Lapin au cidre
Petites cocottes de veau aux herbes
Poulet yassa
Rôti de veau lardé en cocotte
Sauté de porc aux oignons
Tendrons de veau aux lentilles
Daube de bœuf à la toscane
Poulet cocotte, estragon et foies de volaille
Sauté de veau au poivron, à la tomate et au romarin
Cocottes en plat unique
Aubergines gratinées au serrano et au manchego
Gratins de macaronis à l’échine et au parmesan
Lasagnes au saumon et aux épinards
Légumes d’été, œufs pochés et tapenade
Les favorites des enfants
Parmentier de confit de canard
Petites cocottes de fondue au fromage
Petites cocottes de poireaux, crème et jambon
Petites cocottes de pommes de terre soufflées au

- jambon
- Petites cocottes de tartiflette
- Petites cocottes express de lentilles au porc
- Poêlée de légumes au confit de canard
- Pommes grenaille au chorizo

Cocottes de légumes

- Carottes à l’anis
- Chou rouge, pommes, lardons et genièvre
- Courgettes persillées
- Fenouil au citron et à l’huile d’olive
- Flans aux champignons
- Gratins de crozets
- Gratins de pommes de terre, champignons et épinards au cantal
- Mini cocottes de pommes de terre à la dauphinoise
- Mini tajines de légumes aux épices
- Petites cocottes de légumes nouveaux au cerfeuil
- Petites cocottes de lentilles au curry
- Petites cocottes de poireaux au reblochon
- Cocottes de fenouil et de tomates
- Mini cocottes de pommes de terre au fromage
- Endives en cocottes au cantal

Cocottes sucrées

- Abricots en mini cocottes aux amandes et aux pignons
- Chaud froid de figues au vin doux
- Clafoutis aux mirabelles

Crumbles de rhubarbe aux noisettes en cocottes
Fruits rouges, sabayon au champagne
Mini cocottes de poires aux amandes
Petites cocottes de fruits aux épices
Petites cocottes de pain perdu aux amandes et framboises
Petites cocottes de pommes soufflées
Petites cocottes fondantes au chocolat
Pommes à la crème d’amandes
Pommes, figues et graines de sésame
Pommes, raisins et brioche à la cannelle
Cocottes de poires au vin blanc